

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة

رواية

مكتبة نوميديا 183 Telegram: @Numidia_Library

المركز الثقافي العربي

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة



رافاييل جيوردانو

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة

رواية

ترجمة، حسين عمر



```
العنوان الأصلى للرواية:
     Raphaëlle Giordano
                                           أن لديك حياة ماحدة
Ta deuxième vie commence
 quand tu comprends que
     tu n'en as qu'une
  © 2015 Groupe Eyrolles,
        Paris France
     All rights reserved
                                             الترقيم الدولي:
                                       ISBN: 978-9953-68-866-4
```

جميم الحقوق محفوظة

المركز الثقافي العربي الناشر انعركز انتقافی انعربی ص . ب: 4006 (سيدنا) 42 انشارة المعكم (الأحياس) هانف: 9522 307651 - 0522 303339 : هانف فاكم: : 212 522 305726 -212 Email: markaz.casablanca:a.email.com بيروت - لبنان ص -ب: 5158 - 113 الحساء شارع جاندارك - بناية المقدسي هانني: 750507 - 01 352826 - 01 352826 فاكم: 1 343701 - 961 Email: eea easa bey:a,yahoo.com

أشكر جزيل الشكر ستيفاني ريكورديل وإيلودي دوسو، المحرّرين لدى دار إيرول، على تقتهما بمشروعي ومساعدتهما لي لكى يرى هذا المشروع اليور.

كما أشكر جريل الشكر أحتي التؤم ستيفاني ووالدتي على ما قدّمناه لي من عظيم المساعدة والمساندة بآرائهما السديدة والبتّاءة طيلة الفترة التي أمضيتها في كتابة هذا العمل.

كما أشكر ُ رميلي في الْإبداع ريجيس المحبوب الذي ألهمني عنوان هذا الكتاب.

عنوان هذا الكتاب. وأخيراً، أشكر ابني فاديم على ما أصبح عليه وعلى منحه لي كلّ هذه السعادة.

5



أنا أحلم بأن باستطاعة كل إنسان أن يحدّد مواهبه ويتحمّل مسؤولية سعادته. لأنه ليس هناك ما هو أهمّ من أن يعيش المرء حياة بمستوي أحلام طفولته... رحلة سعيدة، رطايل.



1

تساقطت حبّات المطر، التي كانت تزداد ضخامة، وتحطّمت على الزجاج الأمامي لسيارتي. كانت الماسحات تُصدر صريراً وهي تمسح الزجاج بينما كنتُ، وأنا أمسك بالمقود، أرتعش ويصدر الصرير نفسه من داخلي... سرعان ما جعلتني خيوط المياه المتدفّقة أن أرفع قدمي غريزيّاً عن دوّاسة الوقود. كنتُ على وشك أن أتعرّض لحادث! هل قرّرت الظروف أن تتحالف ضدّى؟ أهو طوفان نوح؟ ما هذا الطوفان؟ لكي أتجنّب الاختناقات المرورية لمساء الجمعة، كنتُ قد قرّرتُ أن أسلك الطرق الفرعية. مفضَّلة ذلك على المحاور المكتظَّة والمزدحمة وأهوال حركة المرور الصاخبة! لم أكن أرغب في أن أكون نجمة هذا الازدحام على الطريق. كانت عيناي تحاولان عبثاً أن تلمحا اللوحات الإعلانية على الطريق، بينما كانت عصابة الآلهة، في الأعلى، تتفاني وتتلهَّى فرحاً وهي تلقى أكبر كمية ممكنة من البخار على زجاج سيارتي، الأمر الذي زاد من قلقي وتوتّري. وكأنّ كلّ ذلك لم يكن كافياً، قرّر جهاز تحديد المواقع في سيارتي (GPS) فجأةً، وسط الغابة الحرجية المعتمة، أن يتعطّل ولم يعُد يشير إلى الطريق الذي يجب أن أسلكه. كان ذلك طلاقاً تكنولوجياً ذا تأثير مباشر: كنتُ أسير في خطّ مستقيم بينما كان هو يتحرك دائرياً. أو بالأحرى لم يعُد يدور!

يجب القول بأنَّ المكان الذي كنتُ آتي منه لم يكن يروق لأجهزة تحديد المواقع. أو لنقُل بأنها لم تكن دقيقة في تحديد المواقع. كان المكان الذي أنيت منه أشبّه بسنطقة مسيّة من الخرائط، حيث كان الوجود فيه يعني عدم الوجود في أيّ مكان. ومع ذلك... كان هناك هذا المجتمّ الصغير من الشركات، مجموعة «الشركات ذات الوبحية النادرة» والتي لا بدّ أنها تمثّل بالنسبة إلى ربّ عملي قدرة تجارية كافية لتبرير تتقُلي. ربّما كان هناك أيضاً سبب أقلّ منطقية. منذ أن منحني نسبة 80%، انتابني شعور مزعج بأنّه يدفع لي هذه المكافأة لأنّه يكلفني بالمهام التي لا يرغب سواي في القيام بها. وهذا ما كان يفسّر سبب ركوبي سيارة قديمة ومتهالكة وانتقالي بها في دروب الشواحى الباريسية الشاسعة، مشغولة بأشياء تافهة لا قيمة لها...

هيًا، هيًا يا كاميل... كفّي عن اجترار هذه الأفكار وركزي على الطريق!

فجأة دَوَي صوت الفجار... دويًّ مرعبُ جعل قلبي يبيض مائة وعشرين نبضة في الدقيقة وجعلني أنحرف بالسيارة وأفقد السيطرة عليها. ارتطم رأسي بالزجاج الأمامي وتأكدتُ بغرابة بأنّ الحكاية التي تقول بأنّ الحياة تختفي من أمام العين في غضون ثانيتين ليست خرافة. بعد ذهول للحظات تحت تأثير الصدمة، استعدتُ أنفاسي وتحسّستُ جبيني... لم يكن هناك أيِّ سائل لرح. كان هناك فقط تورَم صخم في الجبين. أجريتُ فحصاً دقيقاً وتأكدت من أنّ ليس هناك أي أضرار كبيرة. لحسن الحظا،

خرجتُ من السيارة وأنا أحتمي قدر المستطاع بمظلّتي من المطر لكي أتفحّص الأحمار: كانت إحدى العجلات قد الفجرت وأحد الرفارف قد التوي. بعد أن تجاوزت نوية الهلع الأولى، حل الغنس محل الخوف. اللعنة على هنا المساء! هل يمكن أن يجتمع في يوم واحدٍ كلّ هذا القدر من الضجر والمتاحب؟ ارتميتُ على هاتفي كما لو أنبي أرتمي على طوّافة إنقاد. بالطبع لم تكن هناك شبكة تغطية! لم أفاجاً بذلك كثيراً، فقد كنتُ مستسلمة لسوء طالعي.

مرّت الدقائق. لا شيء في المكان. ولا أحد من حولي. كنتُ وحيدة، ثائهة وسط تلك الغابة الحرجية الخالية من البشر. بدأ القلق يتزايد ويزيد من جفاف حلمي الجافّ أصاًد. تحرّكي، بدل الاستسلام للفرع! هناك بالتأكيد يبوت في أطراف هذه الغابة... فغادرت قدرة سيارتي التي كنتُ أحتمي بها لكي أواجه الظروف وأنا أتربًا جيداً بسترة انحاة المناسة.

ما في اليد حيلة، وعلى أن أنديّر أمري بما هو متاح! من ثمّ، ولكي أكون صريحة تمامًا، نظراً إلى الظروف، لم يكن مستوي أنافتي يهمّني كثيرًا...

بعد مرور ما يقارب عشر دقائق والتي بدت لمي وكأنّها دهرٌ من الومن، صادفتُ سور منزل. ضغطتُ على زرّ جرس الناطور.

> ردّ على رجلٌ بصوتٍ من خلف منظار الباب المخصّص للزوار اللجوجين. - نعم؟ ماذا هناك؟

شبّكت أصابعي متمنّية: حسبي أن يكون السكان المقيمون في الدار مضيافين ويمتلكون شيئاً من روح التضامن.

مساء الخبر يا سيد... تسفة لإزعاجكم ولكتبي تعرضت لحادث سيارة في هذه
 الغابة الحرجية خلف منزلكم... لقد انفجر إطار عجلة سيارتي وهاتفي المحمول لا
 يلتقط شبكة الغطية... لم أتمكن من الاتصال بموظفي شركة الغأ...

جعلني الصرير الصادر عن الباب وهو ينفتح أن أجفل. تُري هل نظرتي الشبيهة بنظرة كلب كوكر اليائس أن أن هيتني الشبيهة بهيئة امرأة غريقة هي التي أقنعت هذا الرجل المقيم على ضفّة النهر بأن يمنحني السلاة؟ هذا ليس مهتاً. الدسستُ إلى الداخل من دون تحفّظ واكتشفتُ بناءً والمأ في مظهره، محاطأً بحديقة مرتّبة ترتيباً أنيقاً. إنّها جوهرة حقيقة وسط هذا الوحل الذهبي!

المترجم - المتربم - المتر

أبيرت أضواء درج المدخل ومن ثمّ انفتح الباب في نهاية المسرّ، أقتل شبحٌ ذكوريّ ذو قرام جميل نحوي وهو يسير تحت مظلّة كبيرة. حيسا بات الرجل قريباً جداً مني، لمحتُ وجهه الطويل والمتناسق وذي الملامح والقسمات الواضحة. لكنّ وجهه كان كثير المجاعد. كان أشبه باللجم شون كوزي على الطراز الفرنسي، لاحظتُ وجود غمّازتين مفصلتين حول فم متناسي ذي زاويتين بشوشتين وهو ما جعله يندو ودوداً ولظيفاً في هيته ومظهره. هيئة تحثُّ على الحوار والحديث. لا بدّ أنّه قد شارف على الستين من عمره مثلما يصل أحدهم إلى الخانة (الأخيرة) في لعبة الحجلة: بقدمين مضمومتين ووجه هادئ، كانت عيناه بلون رماديّ ناحل جميل تلتمعان بيرين خفيف كما لو أنهما كرتان زجاجيان لمنهما طفل. كان شعره الكستنائي كثيفاً على نحوٍ مذهل مقارنة بسنة ولم يكن قد تراجع عن جينه إلا على نحوٍ خفيف وقد ارتحت غرة ظريفة على جينه. كانت له لحية قصيرة جداً شذيها بأناقة الحديقة نفسها المحيطة بالدار والتي تنيئ بالاعتناء الدقيق الذي يشمل كل شخصيته.

دعاني للّحاق به إلى الداخل. وضعت ثلاث نقاط وقوف في اختباري الصامت مبديةُ شيئاً من التردّد.

- ادخلي! أنتِ مبلّلة حتى العظام!

- ش... شكراً! حقّاً هذا لطفّ منكم. مرة أخرى، أكرّر اعتذاري لإزعاجكم...

- لا تتأسفي. لا مشكلة. تفضّلي واجلسي، سوف أجلب لك منشفة لكي تجفّفي جسمك بعض الشرء.

في تلك اللحظة، تقدّمت امرأة أنيقة نحونا، خمّنتُ أنّها زوجته. تحرّلت لطافة وجهها الجميل للحظة إلى عبوس حَبّستُه حينما رأتني أدخل إلى مسكنها.

- حبيبي، هل كل شيء على ما يُرام؟

- نعم، نعم، لا بأس. هذه السيّدة تعرّضت لحادث سيارة ولا تستطيع الاتصال لانعدام تفطية الشبكة في الغابة. هي بحاجة فقط إلى إجراء اتصال وأن ترتاح قليلًا.

- آه نعم، بالطبع...

حيدا رأتني أرتعش بردأ، عرضت على بلطف كوباً من الشاي الأمر الذي وافقتُ عليه دون تستّع. بينما كانت تتوارى في المطبخ، نول زوجها السلالم وفي يده منشفة.

يست عصراً يا سيّد، هذا لطف كبير منكم. - شكراً يا سيّد، هذا لطف كبير منكم.

- کلود. اسمی کلود.

- آه... أنا، أنا كاميا .

- تفضّلي يا كاميل. الهاتف هناك، إذا أردت الاتصال.

- ممتاز. سوف لن أطيل.

- خذي وقتك.

تقدمت نحو الهاتف الموضوع على طاولة خشبية جميلة وأنيقة ومرتبة بذوقٍ رفيع وتعلوها لوحة من الفن المعاصر. كان من الواضح أنّ هؤلاء الناس يمتلكون دوقاً رفيعاً ووضعاً مالياً جيداً... يا لها من راحة في أن تصادف أناساً كهؤلاء (لا أن تقع في وكر غولٍ مفترس آكلٍ لربات البيوت اليائسات)!

رفعتُ ستاعة الهاتف وأدرجتُ رقم شركة التأمين خاصتي. كان من غير الممكن تحديد موقع سيارتي ولذلك اقترحت على موظف الشركة أن تأتي ورشة التصليح إلى بيت مضيفي أوَّلاً بعد أن حصلتُ على موافقتهما. أخبروني بأنهم سيصلون إلى المكان في غضون ساعة واحدة. تنفست الصعداء وارتحت: كانت الأحداث تسير سيراً حسنا.
اتصلت بعد ذلك بيبتي، أمسك كلود بعسمت ورزانة بورق لعبة البوكر وراح ينشغل
بالنار التي كانت تهمهم داخل المدفاة في الطرف الآخر من الغرفة. بعد ثماني رئات
طويلة، وهم زوجي سماعة الهائف. من خلال نيرة صوته، خسّتُ بأنّه كان جائماً أمام
برنامج تلفزيوني. رغم كلّ ما جري، لم يليد زوجي دهشة ولا قلقاً وهو يسمع صوتي.
كان قد اعتاد على أن أعود إلى البيت أحياناً في وقب متأخرٍ جناً. شرحتُ له الدكسات
التي تعرضت لها، قاطع جُملي بأصوات مزعجة وبطقطقات مفيظة من لسانه، ثمّ طرح
على أسئلة تقنية. في غضون كم من الوقت ستأني الورشة لتصليح سياري؟ كم ستكلف
على أنطبح؟ ثارت أعصابي وأثار تصرّف عهة لذي في أن أصرح في مسّاعة الهائف!
لم يكن بوسعه أن يُدي شيئا من المودّة والعاطفة ولو لمرة واحدة! أغلقت سماعة

الهاتف، غاضية، بعد أن أخيرته بأنني سأتدبّر أموري وأن ينام دون أن ينتظرني. كانت يداي ترتمشان رغماً عيني وأحسستُ بأنّ عينيّ تغضيّان. لم أسمع كلود وهو يقترب متى ولذلك حينما وضع يده على كنفى ارتمدتُ في مكانى.

. سألني بصوت رقيقٍ وعطوف، صوتٌ تمنيت لو أنني سمعته من زوجي قبل قليل:

- هل أنتِ بخير؟ هل تشعرين بأنَّك على ما يُرام؟

انحني لكي يكون على مستوي وجهي وردّد:

- هل أنتِ بخير؟ هل تشعرين بأنَك على ما يُرام؟

هذا، جعلني شيءٌ ما فيه أن أهترُ: بدأت شفتاي ترتعشان، ولم أستطع أن أتمالك دموعي التي تدافعت تحت أجفاني قبل برهة... سال الكحل على وجهي، فأطلقتُ حينها العنان لفيش الالكسارات التي تراكمت في داخلي في هذه الساعات الأخيرة، هذه الأسابيع الأخيرة، هذه الأشهر الأخيرة، بل هذه... في البداية، لم يقل شيئا. فقط ظل كما هو، ساكنًا بلا حراك، ويده الدافئة على كتفى، كعلامة على تعاطفه معى.

بينما كانت دموعي تنهمر، جاءت زوجته ووضعت أمامي كوب الشاي الذي كان يتصاعد منه البخار كما جلبت لي أيضاً بضعة مناديل ورقية، ثمّ توارت في الطابق العلوي. لا شك أنّها قد توقّعت بأنّ حضورها قد يجازف بمقاطعة حديثي واعترافي بسرًّ صحّر.

 اع... اعذرني، هذا أمر مضحك! لا أدري ما الذي حصل لي.. في هذه اللحظة، أنا محمومة، وهناك، هذا النهار السرعت، حقّاً، هذا كثير جدّاً!

كان كلود قد ذهب وجلس على الأريكة المقابلة لي وكان يصغي إلى بانتياه واهتمام. كان شيءً ما فيه يدعو إلى الثقة والطمأنية. ركز بصره في بصري. لم تكن نظرة متفخصة ولا تطفلية. كانت نظرة حديثة، واسعة كذراعي. مفتحتي.

تسمّرت عيناي في عينيه. شعرتُ بأنّه لا يبغي أن أغثّر وأنّي أستطيع أن أستسلم من دون قناع. كانت براغيّ الصغيرة الداخلية تتراخي واحداً تلو الآخر. يا للخسارة. أم أنّ هذا أفضل؟

بُحتُ له بالخطوط العريضة لكآبتي وشرحتُ له كيف أنّ انكسارات صغيرة ومتراكمة انتهت إلى أن تنهش بهجتي في الحياة في حين كان لديّ كل شيء، بداهةً، لكي

أكون مبتهجة...

- ها ألك تري، لستُ تعيسة تماماً ولكنني لستُ سعيدة أيضاً... وهذا الإحساس بأنّ السعادة تسلّ من بين أصابعي إحساسٌ فظيع! ومع ذلك ليس لديّ أيّ رغبة في مراجعة طبيب؛ فريّما سيقول لي بأني أعاني من الاكتتاب ويصف لي أدوية! كلّن، إنّه مجرد نكد في المراج... لا شيء خطير في الأمر، ولكن مع ذلك... أشعر وكأنّ قلبي لم يعد موجوداً. لا أدري إن كان لكلّ هذه الحالة من معنى!

بدت كلماتي وكأنها قد أثارت مشاعره لدرجة أنبي تسأءاتُ في نفسي إن لم تكن قد أحالته إلى أمرٍ شخصيّ جناً. ففي حين لم يكن قد مضي على تعارفنا ساعة واحدة، توطّد بيننا جوَّ مذهلٌ من الفاهم والتقارب. وينما كنتُ عربية عنه منذ لحظات، ها أنا ذا أتجاوز باعترافاتي ووجي عدّة درجات من الصداقة والحميمية المفاجئة والتي رسمت خطأ رتباط مُبكر بين. حكاياتنا.

ما بحثُ به لامس على نحرٍ واضحٍ وترأ حسّاساً لديه أثار فيه دافعاً حقيقياً لكي يسعى إلى التخفيف عتى.

- يؤكد القس بير: «تحتاج إلى أسباب العيش بقدر ما يكفل لنا العيش». إذاً، لا ينبغي القول بأنّ ليس لهذا الأمر أهمية. على العكس، لهذا الأمر أهمية كبيرة! لا ينبغي أن نأخذ آلام الروح باستخفاف. حينما أضغي اليك وأنتٍ تتحدّثين، أعتقد أنبي أعرف تماماً ما تعاني، منه...

ين سألتُ وأنا أشهق:

- صحيح، حقّاً؟

- نعم...

تردّد للحظة قبل أن يتابع، وكأنه يحاول أن يخمّن إن كنتُ سأتقبَل آراءه أم لا... لا بدّ آنه قد اعتقد بأنّني سأفعل ذلك لأنه تابع حديثه بنبرة مفعمة بالثقة:

- على الأرجع أنَّك تعانين من شكل من أشكال داء الروتين الحادّ.

- أعاني من ماذا؟

- داء الروتين الحادّ. هذا أحد أمراض الروح والذي بات يتفشّى على نحو متزايد بين الناس في العالم. أعراضه تكاد تكون دائماً هي نفسها: انخفاض في درجة الحافز، نوبات دورية من الكآبة، فقدان المعالم والحواس، إيجاد صعوبة في الشعور بالسعادة على الرغم من وفرة الخيرات المادّية، خيبات أمل وشعور بالإرهاق والتعب...

> - ولكن ... كيف تعرف كل هذا؟ أنا روتينولوجي⁽¹⁾.

- روتينو ماذا؟

كان ذلك موقفاً سريالياً!

كان يبدو أنه معتاد على هذا النوع من ردود الأفعال، إذ لم يتخلّ عن برودة أعصابه وتجرّده.

فشرح لي ببضع جمل ما هو الروتينولوجيات، هذا النظام المبتكر وغير المعروف بعد في فرنسا، ولكنّه الشائع جدّاً في بلدان أخرى من العالم. كيف أدرك الباحثون والعلماء بأنَّ أعداداً متزايدة من الناس يُصابون بهذا الداء. كيف يمكن للمرء، من دون أن يكون يائساً، أن يشعر رغم كلّ شيء بإحساس بالفراغ، وباضطراب حقيقي في الروح ويعاني من الشعور المزعج بأنَّه يملك كل شيء لكي يكون سعيداً ولكنه لا يتوفِّر على المفتاح لكى يستفيد منه.

كنتُ أصغى إليه بعيون واسعة وأنا أتلقى كلماته التي كانت تصف جيّداً ما كنتُ أشعر به، الأمر الذي جعله يواصل حديثه:

- هل تعلمين بأن داء الروتين يبدو داءً هيّنًا للوهلة الأولى، ولكنّه يستطيع أن يُلحق

⁽¹⁾ روتينولوجي (Routinologue): مصطلح استحدثته المؤلِّفة لتطلقه على الاختصاصي في معالجة ما تُطنق عنيه داء الروتين الحادّ. وقد آثرنا أن نترجمه بكنمة روتينولوجي، حتى لا يفقد المصطبح بنيته الشكنية. -المترجم-

⁽²⁾ روتينولوجيا :(Routinologie) تصبغ الكاتبة هذا المصطنح لتقصد به عدم أو منهج معالجة داء الروتين الحاد؛ وقد آثرنا أن نترجمه بكلمة روتينولوجيا. - المترجم -

أضراراً حقيقية بالناس: يمكنه أن يتسبّب بأوبئة من التكارُث™ وبتسونامي من الاضطراب الروحي وبعواصف كارثية من المزاج السوداوي. سرعان ما تحتفي الابتسامة! لا تضحكي، هذه هي الحقيقة! هذا بصرف النظر عن أثر الفراشة™! كلّما انتشرت الظاهرة، كلما أصابت عدداً متزايداً من الناس... يمكن للفشل في وضع حدّ لداء الروتين أن يؤدّي إلى تخفيض روح الدعابة في بلدٍ بأكمله!

فيما وراء نبرته الطنّانة، كنتُ أشعر جيّداً بحرصه على المبالغة لكي يُعيد إلى البسمة. - ألا تبالغ بعض الشيء، هنا؟

- قايلاً جدًاً! أنب لا تتخيلين عدد الأميّين في السعادة! هذا بغض النظر عن الأميّد الماطقية! إنّها آفة حقيقية... ألا تعتقدين بأنّه ليس هناك ما هو أسوأ من شعور المرء بالإخفاق في حياته لعدم امتلاكه الجرأة على أن يكيّقها على صورة رغباته، لعدم بقائه وقيًا لقيمه العميقة، للطفل الذي كانه، لأحلامه؟ وقيًا لقيمه العميقة، للطفل الذي كانه، لأحلامه؟

- لسوه الحظة، تنمية القدرات على أن نكون سعداء ليس شيئاً نتعلمه في المدرسة. ومع ذلك، هناك تقنيات لهذا الأمر. يسكن لنا أن نمتلك الكثير من المال ونكون تعساء كالأحجار، أو على العكس، يسكننا أن نمتلك القليل من المال وتُجيد الاستمتاع بحياتنا الشخصية... القدرة على السعادة تعتمل وتتحرّك وتشتدً عضلاتها يوماً بعد آخر. يكفي المرء أن يُعيد فحص نظامه القيمي ويُعيد تهذيب نظرته إلى الحياة والي الأحداث.

نهض وراح بجلب من على الطاولة الكبيرة كوباً صغيراً مليناً بالسكاكر، ثمّ عاد وعرضها على لكي أتباول بعضها مع الشاي. الققط بعض حبّات السكاكر بشرود وقضمها ونحن نواصل حديثنا الذي بدا واضحاً أنّه يخلب لبّه. بينما كنتُ أصغي إليه وهو

⁽¹⁾ تكارث: حالة ذهبية تجمع بعض ضحايا الحوادث بيالغوز في تصور إصابتهم. -السترجم-(2) أثر الفراثة: مصطفح في النظريات الغيزيائية والفنسفية وغيرها، هو حدث أول بسيث لكنه يولد سنسنة متنابعة من النتائج والتطورات المنتائية والتي يفوق حجمها بمراحى حدث البداية وبشكل قد لا يوقعه أحد وفي أماكن أبعد ما يكون عن التوقع. -المترجم-

يحدّثني عن أهمية أن يعود الإنسان إلى نفسه وأن يحبّ نفسه على نحو أفضل لكي يكون قادراً على إيجاد طريقه وسعادته وأن ينشر التأثّق من حول نفسه، كنثُ أتساعل في داخلي عمّا استطاع أن يعيشه هو بنفسه لكي يكون على هذا القدر من العزيسة...

كان كلّ كيانه يتأجّج وهو يحاول أن يجعلني أقاسمه قناعته. توقّف فجأة لبرهة وتفحّصني بنظرته الحنونة والتي بدت أنها تقرأ في داخلي بالسهولة نفسها التي يقرأ بها ضريرٌ بطريقة بريل''.

تابع حديثه وهو ينقر على جمجمته:

- تعلمين يا كاميل، إنّ معظم الأمور التي تحصل في حياتك ترتبط بما يحدث هناك في الأعلى. في رأسك. لم تنه السلطة الذهبية من مباعنتنا! لا تتخيّلين مدي تأثير تفكيرك على واقعك... هذا يشبه إلى حدّ بعيد ظاهرة «أسطورة الكهف» التي وصفها أفلاطون: إنّ المقيدين بسلاسل في كهف يختلقون صورة زائقة للواقع، لألّهم لا يعرفون منه سوى الظلال المستوهة للأشياء التي تعكسها على الجدار نار مؤقدة من خلفها.

كنتُ أتذوّق في صمت الجانب المضحك في الحالة. كما يجب القول بأنني لم أكن أنتظر أن أغوض في جدال فلسفي في ركنٍ حميمٍ من صالوب، وذلك بعد ساعة واحدة فقط من تعرّضى لحادثٍ على الطريق!

> - أنت تُجري مقارنة بين أسطورة أفلاطون ونمط عمل ذهننا؟ يا للهول... ابتسم لرد فعلى.

- أجل أنا أرى في ذلك مقارنة مع الأفكار التي تضع مصفاة بين الوقع وذواتنا رتحوّل الوقع بحسب القناعات المسبقة والأحكام... ومن يصنع كل هذا؟ دهلك! وحده ذهلك! أنا أستى هذا «مصنع الأفكار». إنّه مصنع حقيقي! العبر السارّ هو آلك تستطيعين أن تغيّري هذه الأفكار. إنّ الاستسلام للأفكار المفرّخة أو الاستسلام للأفكار المحرنة ليس مفصلاً عن إرادتك... يمكنك أن تشقلي ذهلك بحيث يكث عن القيام بعدير أفكار سلية لك: يكفى لذلك أن يكون لديك شيءٌ من المنارة والمواظبة

⁽¹⁾ طريقة برين: طريقة في الكتابة والقراءة خاصة بالمكفوفين تستخدم حروفا نافرة. -المترجم-

والمنهج...

كنتُ مذهولة. كنتُ مترّدة بين أن أعبره مجنوناً وأن أصقق له بكلنا يديّ على خطابه المدهش. لم أقدم لا على الحيار الأوّل ولا على الثاني واكتفيتُ بهرّ رأسي كملامة على الموافقة والرضا.

لا بدّ أنّه قد أحسّ بأنّ سعة المعلومات في تلك اللحظة على الفهم والتمثّل قد وصلت إلى حدّها.

- اعذريني، ربَّما أكون قد ضايقتك بكلِّ نظرياتي هذه؟

- لا أبداً، لا أبداً! لقد وجدتها في غاية الأهمية. أنا متعبة بعض الشيء فقط، لا . . .

ينبغي الانتباه الي... - هذا أمرٌ جد طبيعي. مرّة أخرى، إذا راق لك ذلك، سوف أكون سعيداً بأن أشرح

لك هذا المنهج... لقد أثبت فعلاً قدرته على مساعدة أشخاصٍ في استعادتهم لمعني حياتهم وإنجاح مشاريعهم في حياة مزدهرة وميهجة.

نهض وتوجّه نحوٍ مكتب صغير وجميل مصنوع من خشب الكرز. أخرَجَ من أحد أدراجه بطاقة زيارة وأعطاني إياها.

قال مع ابتسامة لطيفة:

- مرّي وقابليني إن سنحت لك الفرصة.

قرأت:

کلود دوبونتيل ر**وتينولوجي** 15 شارع دو لا بويسي 75008 باريس

أخذتُ البطاقة منه من دون أن يكون لي رأي واضح بشأنها. وبدافع من المجاملة والتهذيب، قلتُ له بأنني سوف أفكر في الموضوع. لم يلخ على وبدا أنّه لم يكن مهتَماً كثيرًا بجوابي. لم أمتطع كمحتوفة في مجال المبيعات أن أدرك ألّا يفكر شخصٌ في موقعه أن يكتسب بأيّ ثمنٍ كان زيوناً جديداً؟ لقد أظهر انعدام نوعه الجراية العدالية ثقة بالنفس نادرة الوجود. أيقنتُ حينداك بأنني لو رفضتُ هذه الفرصة سأكون أنا الوحيدة التي تخسر شيئاً.

ولكن في تلك اللحظة، كنتُ لا أول تحت وطأة انفعالات السهرة وتلك الحادثة الغبية وتلك العاصفة الهوجاء مثل بداية فيلم رعب ردي... والآن، روتينولوجي! كنتُ أهلوس... في غضون خمس دقائق، قد تخرج الكاميرات ويصرخ أحدهم: «كاميرا

خفية»! رنّ جرس الباب، لم يكن هناك لا كاميرا ولا صحافتي، وإنّما فقط ميكانيكتيّ

السيارات الذي كان قد وصل إلى المكان.

سألني كلود بلطف وودّ:

- هل تريدين أن نرافقك؟ - كلا، حقًا، أشكركم... سوف تسير الأمور على ما يُرام. لقد كنتم في غاية اللطف

معي. لا أعرف كيف أشكركم...

- ليس هناك ما يستحق الشكر. من الطبيعي أن نقدَّم المساعدة في هكذا حالة!

أرسلى الينا رسالة هاتفية قصيرة حينما تصلين إلى بيتك.

- أعدكم بذلك. إلى اللقاء. وشكراً مرة أخرى!

الدرج. كان يشعّ منهما شعورٌ بالحبّ والتفاهم! ومع هذه الصورة للسعادة المسالمة والهادئة التي كانت تعوم في روحي استسلمتُ

وع عند عبور مساده والارتجاج داخل تلك العربة التي أعادتني إلى واقع مشاكلي...

4

في صباح اليوم التالي، استيقظتُ مع صداع نصفيّ فظيع. وظلّت المطارق الواخرة تنقر في رأسي مثل نقار الخشب طيلة النهار! كنتُ قد أمضيتُ ليلة مضطربة وأنا أعيد الفتكير في كلمات كلود دويونيل. هل كنتُ مصابة فعلاً بداء الروتين الحادًا؟ هل كان الاضطراب في الروح الذي يؤلمني ويزعجني منذ عدّة أسابيع يستحقّ أن أسلك مسيرة معالجة كهذه؟ تُري مما كنتُ أشكو في الحقيقة؟ كان لديّ زوج وولد راتعين وعملُ يوفر لي وضعاً مادياً مستقراً... ربّما كان على أن أتصرَّف وأكثّ عن تقليب الأمور في ذهبي؟ ومع ذلك، كانت كآبي الخفيفة المشارفة على سنّ الأربعين تفرس أسنانها الحادة في روحي. لقد حاولتُ مرازاً أن أضع مديلاً فوقها، ولكن عبناً...

في بعض الأوقات، حاولتُ رغم كلّ شيء أن أضع الأمور في إطارها الصحيح. أن أنظر إليها «بترقم»، كما يقولون في المنجلات الخاصّة بعلم النفس. لقد استمرضت النظر المنظمة عند جميع الناس. لم أكن أعرف ذاك الرجل، ولكنة مع ذلك، بدا مترّنا جدًا، ولكن عمد ذلك، بدا مترّنا جدًا أو .

تأكيد، لم أكن أومن بالوصفات العجبية التي تحوّل حياتك وتفيّرها كما لو كان ذلك بضربة من عصا سحرية. ولكن فيما يتعلّق بغيير الأمور، كان يحظي بهيئة مقتمة جذاً! كان يؤكد بأنّ الروتين والكآبة ليسا قدراً مكتوباً، وبأنّ الناس يستطيعون أن يختاروا بألّا يُخضعوا حياتهم اليومية لهما وينجحون في أن يعيشوا حياتهم بأفضل حال. أن يجمل المرة حياته عملاً فنياً... مشروعاً بدا سابقاً غير واقعيّ، ولكن لماذا لا يحاول، على الأقل، أن ينحو هذا السنحي؟

من الناحية النظرية، هكذا كانت الرعبة. ولكن من الناحية العملية؟ ««لت يوم، سوف أذهب الأعيش نظرياً، الأن كلّ شيء يسير على ما ثيرام من الناحية النظرية...» إذاً، كيف يمكن الانتقال إلى المسارسة والفعل وتجاوز مرحلة الترذك بينما كان هذا السؤال يوادد ذهني، نهضتُ بصعوبة، مع شعور مرعج كما لو أنني تعرّضتُ للشرب طيلة الليل. دون أي تديير أو تفكير، وضعتُ قدمي اليسري أوّلاً على الأرض من دون قصد. كان ترتيباً عيناً، ولكنتي وأيتُ في ذلك على الفور علامة على فأل سيع. كان فلد. كان تهاري يبدأ بداية سيعة... بالكاد قال لي سياستيان، زوجي العربز-الحنون، صباح الخير. بدا في صراع وجدل مع ربطة عنى متمرّدة عليه وأدركتُ على نحو غاصي، بن لفظني استياه، بأنة وجدل مع ربطة عن متمرّدة عليه وأدركتُ على نحو غاصي، بين لفظني استياه، بأنة

كان قد تأخّر عن اجتماعه. في ذلك الصباح، لم يكن عليه هو أن يصطحب أدريان

إلى المدرسة. كان يتنهد ويتحسّر وينفخ غضباً.

ربّما يستطيع ابني أدريان، البالغ من العمر تسعة أعوام وستة أشهر واثني عشر يوماً وثماني ساعت، أن يدّم الأمر. كان استعجاله في أن يكبر بسرعة ييزني، بل ويخفيني أحياناً؛ كان كل شيء يسير بسرعة! بسرعة فائقة. كما كان أدريان ينجز دائماً كل شيء قبل أوانه. لكي يأتي إلى الدنيا، دقى الباب قبل أن يحين موعد ولادته. في حرية خارجة عن نطاق المألوف والمعايير، كان يتحرّك في بطني مثل رمي كرات السكوائش في ملعب مصفّر. ربّما كانت الطريقة الوحيدة لاستيقائه في مكان هو ربطه بحرام على كرسي. لكن جهودنا كانت تذهب سدى. وفي وقتٍ مبكر جداً، كان علينا

أن نستسلم للواقع والحقيقة: سوف ينتمي ولدنا إلى فئة (أطفال دوراسيل): الأطفال الذير لا يعرفون التعب.

بينما لم أكن أنا كذلك. لقد أحبيته أكثر من كلّ شيء في العالم، وفي بعض الأيام، كنتُ أقول في نفسي لا بدّ أنه يخفي تحت قميصه الرياضي مولّدة صغيرة للطاقة يستخدمها وفق إرادته وبحسب أهوائه مثل طائحية صغير.

على الرغم من أننا كنا والدين عصريين وتربينا برضاعة دولتو وتم تلقيننا أيضاً عقيدة فرانسواز دولتو⁽¹⁾ «الطفل موضوع مختلف تماماً »، إلاّ أننا أدركنا بأنّ نظامنا التربوي كان مفرطاً في تسامحه. تحت ذريعة المساهمة في الحوار واحترام شخصية الطفل، كنّا قد أرضنا العناز. كثراً...

لم تكن أمّي تكفّ عن الترداد على مسامعي:

- الضبط، الضبط، الضبط! بكل تأكيد، كانت محقة في ذلك.

الضيط: إذا هذا هو ما حاولت إقاصه منذ بضمة أشهر لكي أوقف الحرافنا التسامحي، بل شرعتُ في العطافة كاملة والتقلتُ من تطرّفِ في التسامع إلى تطرّفِ في القسوة. كان ذلك قاسياً جدّاً، مما لا شك فه... ولكننا نفعل قدر ما نستطيع، اليس كذلك؟ كنتُ أوّبَع أدريان باستمرار لكي أضع حدوداً له. كان يتأفّف ولكنه في النهاية يخضع ويطيعني، على الرغم من أنه كان «طفلاً حرّاً» إلا أنّه الحسن الحظ كان في جوهره طتاً حد.

كنتُ أدرك بأتني أضغط عليه كثيراً من أجل مصلحته، مثلما كنتُ أعتقد- وكنت أشعر أحياناً بأنبي قد تحوّلت إلى آلة لإصدار الرسائل المبلزة، وهو دورًا لم أعشه جيّداً. «ربّب أغراضك، اذهب إلى الحمام لتفسل، أطفئ الأنوار، أنجِزَ وظائفك المدرسية، أنول غطاء مقعد الحمّام...». كنتُ قد وضعتُ ثوبي كأمّ صديقة في الخزالة لأزددي

 ⁽¹⁾ فرانسواز دولتو: صبيبة أصفال وعالمة نفسانية فرنسية تخصّصت في التحديل النفسي للأطفال.
 -المترجع-

ثوب الأم الذي تربي وتنشء. وما كسبته في تعليمه أن يرتّب جواربه، خسرته بوضوح في نوعية العلاقة بيننا. لقد نشأت بيننا علاقة قائمة على القوّة وساذ بيننا توتّر دائم. كنا على خصام دائم. كما لو أننا لم نقد نستطيع أن تتفاهم بعضنا مع بعض أبدأ. ولكن أيضاً، كيف استطاع أن يكتسب تصرفات وسلوك ما قبل سنّ المراهقة وهو لا يزال في سنّ العاشرة؟

كانت هذه الأفكار تجول في خاطري، حينما دخلتُ إلى غوفه قبل عشر دقائق من موعد مفادية على الجدار، وهو لم يكمل موعد مفادرته للبيت. كان منهمكاً في لعب كرة الطاولة على الجدار، وهو لم يكمل ارتداء ثيابه بعد. كان قد ارتدي زوجاً من الجوارب بلونين مختلفين ولف رأسه بمسمحة وترك، دون حيرة أو تردد، غرفته وهي تشبه بيروت أعوام السبعينيات من القرن العشرين خلال الحرب الأهلية...

رفع نحوي عييه الواسعين الكستائيين اللامعين ذات الرموش الطويلة على نحو
مدهش واللين كانتا تشمّان على الدوام بيريق لعوب. توقّفتُ للحظة على ذلك الوجه
الدائري ذي الملامح الرقيقة والجميلة، على ذلك الفم المرسوم بجمال والموسوم بعبوس
طوعي. حتى أثناء المعركة، كان شعره يحافظ على ملمسه الحريري الذي لا يقاوم والذي
كان يجذب اليد نحوه. كان العميي جميلاً؛ قاومت الرغية في الذهاب لمعانقته لكي
أضع نظاماً مناسباً وسط هذا العبث الكبير. كان على أن أرتدي قيمة المساعد الأول
للأيام السيئة لكي أعيد توجيهه وضبطه.

أجابني، وهو يرفق كلماته بحركة لمغني الراب زِنْ في كليبه المفضل حينذاك: - ولكن يا أمّاااااه، لماذا تثور أعصابك؛ اهدئي ولا ترهقي أعصابك!

كان الجانب التهجّمي والناقد في هذا التصرّف يشر غضبي على نحو دائم. كانت كلماتي التوبيخية والتأنيبية وهيارات احتجاج أخرى لا تزال تُسمع، بينما كنتُ أغلق باب الحمّام لكي أستحمّ في عجالة. مرّرتُ الصابون على جسمي عشوائياً وكيفما كان، إذ كان ذهني مرهمًا بقائمة الأعمال التي ينبغي على إنجازها في ذلك اليو.

حينما خرجتُ من الحمّام، جعلتني صورتي في المرآة أعبس. كانت التجاعيد تظهر

بوضوح في جبيني. دبّ فيّ الحنين إلى الزمن الذي كنتُ فيه رشيقة كغزالة...

نظرتُ إلى هذا الوجه الذي كان جميلاً فيما مضي، والذي قد يكون لا يزال كذلك، لو كانت لدي بشرة أقل شحوباً، ولو كانت الدوار أقل ارزقاقاً من تحت عيني الرزقاوين اللين لطالما كانتا تغويان فيما مضي. تماما مثل شعري الأشقر والحريري حينما كنتُ أمنح وقتاً للاعتناء به وأقصّه بطريقة تناسب ووجهي المدوّر. والذي أصبح اليوم أكثر اكتنازاً، وذلك بسبب بضعة كيلوغرامات تراكمت في جسمي بعد أن سعنتُ ومن ثمّ بفعل مرور السنوات. أقليتُ نظرة متجهّمة على جسدي الأفكر مدى الأضرار. لديّ ما يعكر مراجي لهذا اليوم!

عدتُ إلى الغرفة على عجلٍ لكي أرتدي ثيابي وأطحتُ عن غير قصد إطار الصورة الموضوعة على طاولة سريرنا، القطعة لكي أعيده إلى مكانه. كانت صورة جميلة تجمعني وزوجي في الرمن الذي كنا لا نزال تُحيد فيه مناجاة القمر والضحك مع البحرم ليلاً... أين ذهب ذاك الرجل الجميل ذو النظرة المشعّة والذي كان يعرف كيف يقبّلني ببراعة وهو ينثر الكلمات العذبة على عقي ً منذ متي لم يُقدِم على أدني حركة إغراء؟ ومع ذلك، كان لطيفاً. كان لطيفاً للغابة، باستحضار ذلك الحنان الفاتر وذلك الرد الله المنات مشاعر حينا في بداياتنا أشبه بغابة بية كنيفة، تحوّلت بمرور الفصول إلى حديقة من الطراز الفرسى: حديقة مربّة وأنيقة وملساء ومنشقة.

والحال أنَّ الحب يجب أن يبعث على الفيضان والفرقعة والفوران والتدفَّق والانبجاس، اليس كذلك؟

في كلّ الأحوال، هكذا كنا نرى الأمور. في أيّ لحظة انقلب الأمور؟ مع مجيء أدريان؟ حينما تمّ ترقية سيباستيان في الوظيفة؟ هنّا اعرفوا الجواب... ومهما يكن، كانت التيجة هي ذاتها: وأنا غاصّة في وحل حياتنا الروجية، بليدة في حياةٍ مليته بالعمل، اكتشفتُ حياة زوجية تافهة فقدَت كل طعمها مثل علكة تمّ مضفها كثيراً...

طردتُ كل تلك الأفكار المزعجة من ذهني بحركة مفاجئة وأخفيتُ جسدي تحت

أول قطعة تياب وقعت تحت يدي. إلى الجحيم، الأناقة والرشاقة! لأجل من، لأجل ماذا، في نهاية المطاف؟ منذ أن وقعتُ عقداً غير محدد الأجل، لم أنحد أهنتم بأحد. إذا، راحين قبل كل شيء...

أوصلت ابيي إلى المدرمة وأنا في عجلة من أمري وويتحته في الطريق لكي يستعجل. كانت كلمة «بسرعة» صاحبة السلطان الأكبر في حياتنا جميعاً. يُسلي علينا هذه الكلمة قانونها وتعاقبنا بقسوة مثل طاغية مطلق القدرة والسلطة ويُتخشعنا لسلطة عقارب الساعة الساحقة. لم يكن هناك سوى مراقبة هؤلاء الناس المستعدين لسحق أخرين تحت تقدامهم لكي يصعدوا إلى عرفة مكتظة بالناس أصلاً، لأنهم لا يريدون أن يتنظروا لثلاث دقائق القطار التالي أو الذين يتجاوزون الإشارة الحمراء ليكسبوا بضع قوانٍ مع احتمال تعرضهم لحادث خطير، أو القادرين على الاتصال هاتفياً من خلال النقر على شاشة، وهم في الرقت نفسه يدخّون ويأكلون...

لم أكن أتهرّب من القانون. نظراً إلى عدم توفّر السيارة، ركضتُ حتى المترو وكدتُ أن أقع علم السلالم.

إنّها فكرة ممتازة أن ينكسر ساق أحدهم لكي لا يتأخر عن قطاره، يا كاميل! وأنا ألهتُ وأنصبّب عرقاً على الرغم من البرد، اندسستُ في مقعدٍ وأنا أتساءل ماذا سأفعل لكي أنجو من هذا النهار.

5

وأنا أغادر منزل كلود دوبونيل، قبل ثمانية أيام خلت، كنتُ قد دمستُ بطاقته في جيب معطفي. منذ ذلك اليوم، كنتُ أعيت بها كلّ يوم وأقلبها في جيبي مراراً وتكراراً من دون أن أقرّر الاتصال به. في اليوم التاسع، حينما خرجتُ من اجتماع عاصف في المكتب والذي ويُحني فيه ربّ عملي علناً وأمام الجميع، قررتُ بأنّه لم يقد من الممكن الانتظار لوقتٍ أطول: كان يجب أن تغيّر الأمور! لم أكن أعلم حقّاً كيف يمكن أن يحدث ذلك، ولكني قلتُ في نفسي إنّ كلود رئما يوف ذلك...

استثمرتُ فترة استراحة الغداء لكي أجري مكالمتي الهاتفية. كنتُ لا أزال منزعجة للغاية بسبب الاجتماع الصباحي.

- بعد أن رنّ الهاتف لعدّة مرّات، رفع السمّاعة.
 - السيد دوبونتيل؟
 - هو بذاته.
 - أنا كاميل، هل تتذكرني؟
- آه، نعم. صباح الخير كاميل. كيف حالك؟
- بخير، بخير، شكراً. في الحقيقة... لستُ على ما يُرام تماماً. وهذا هو بالضبط سبب اتصالى بك.
 - ما بك؟

كنت قد عرضت على أن تحدّثني عن منهجك بتفصيلٍ أكثر. لقد أثار ذلك
 اهتمامي حقّاً. إذا كان لديك بعض الوقت...

- سُوف أرى. لنز... الجمعة، الساعة السابعة مساءً، هل يناسبك هذا التوقيت؟ فكرتُ في عجالة عمّا سأفعله بشأن أدريان... ثمّ قلتُ في نفسي بأنّه يستطيع البقاء لوحده لبعض الوقت، إلى حين أن يعرد والده من العمل.

- اتَّفقنا، سوف أتدبَّر أمري... شكراً جزيلاً! إذاً، نلتقي يوم الجمعة...

- نعم، يوم الجمعة، يا كاميل. إلى أن يحين موعدنا، اعتني بنفسك جيّداً! اعتني بنفسك جيّداً... كان صدي تلك الكلمات يدوي في أذني، بينما كنتُ

اعتني بغسك جبّدا... كان صدي تلك الكلمات يدوي في اذبي بيسا كنت أمشي لكي أعدو إلى مكتبي. كان شعوراً مريخاً أن يُدي أحدهم بعض الاهتمام! ما أوضا لله يضعة غرامات من المحجّة والمودّة في هذا العالم المعلي بالقسوة! عالم كنتُ أعرفه جيّداً، لكوني كنت المرأة الرحيدة بين ثمانية رجال يعملون في القطاع التجاري. كان العمر واللمز يستمرّ من قبلهم طبلة النهار، وكانوا يطلقون نكاتاً ودعابات تتحوّل أحياناً إلى سخرية لازعة. أرهقني سلوكهم ذاك وتماديهم على مرّ الأيام. كنتُ أرغب فعلاً بمعاملة مختلفة ومغاية... ربّما كنتُ أتسى أن تكون هناك مصداقية وابتكار أكثر في علاقاتنا. بكل تأكيد، كنتُ سعيدة جداً بحصولي على هذا العمل. كان الحصول على عقد غير محدّد الأجل، في أيامنا تلك، عبارة عن بذخ مثلما كانت أمي تردّد دلك على مسامعي باستمرار.

آه، بسناسبة ذكر والدتي ... كان والدي قد هجرها بعد ولادتي بفترة قصيرة، وحتى إن لم يكن قد اختفي تماماً من مشهد حياتها، حيث كان يقدّم لها من حين إلى آخر معونة مالية شحيحة، إلا أنها تدترت أمرها بسفردها لكي تتحمّل أعباء الرضع وجملتني أشعر على الدوام بأنّنا نعيش حياة متواضعة. وهكذا حينما حانت اللحظة لكي أختار اتجاها مهنياً، لم يكن من الوارد أن أختار طريقاً مختلفاً عن الطريق الذي كان بحسب رأيها يولر أفضل الفرص والحلول. الطريق الذي يؤدّي إلى مهنة مربحة مادياً حتى أستطيع أن أكون مستقلة مالياً، مهما حصل لى في الحياة... أنا التي لطالما كان لدي شغفت بالرسم، اضطررتُ لأن أوضَب مشاريعي الجميلة في صناديق ووقية وأن أنخرط على مضض ومكزهة على دراسة التجارة. كنتُ أسير في الطريق الصحيح. من الناحية الظاهرية، على الأقلّ. لأنبي كنتُ أشعر بأنّ شيئاً ما قد انكسر في داخلي. حلمٌ طفولي ذهب أدراج الإهمال والسيان، إنه الانكسار الأكيد للقلب!

لا شك أن اليوم الذي نلتُ فيه شهادتي كان أجمل يوم في حياة أمي بعد اليوم الذي وُلدتُ فيه. سوف أحظي بمستقبل أفضل من مستقبلها. وضعت بهجمها الكبيرة قليلاً من البلسم على جرحي غير المرثي، واقتحتُ في النهاية بأنّ الأمر ليس سيتاً جداً. كانت لدي وسائل وإمكانات التواصل الإنساني. ثمّ وضغ زواجي وقدوم أدريان حدًا الطموحاتي. وإذ لم تكن لدي الرغبة في أن أشبه أمي في كل شيء والتي كانت تعطي الأولوية لعملها على كلّ ما عداه، قرتُ أن أشبه بدوام جزئي في العمل لأخصص وقتاً كافياً لكي أعتبي بابني وأستمتع به. أعتقدتُ بكل سذاجة بأنتي قد اخترتُ الحلّ الأطل. لم أقدر ما لهذا الوضع من تأثيرات سلية: عدا عن صعوبة أن أنجز في أربعة أيام ما ينجزه الآخرون في خمسة أيام، كنتُ أشعر بوضوح بأنبي كنتُ أفقد شيئاً من احترام زملائي ورؤسائي في العمل. نوعٌ من الانتقاص من المنافذة عشته كنوع من الظلم.

بدأ عقد عملي غير محدّد الأجل في الوقت نفسه الذي بدأ فيه عقد حتى غير محدّد الأجل. النا عشر عاماً من الحياة الهادئة نوعاً ما التابيما بكل تأكيد نوبات صمود وهبوط ولكن من دون أن تتعرّض لعواصف خطيرة. على مشارف الأرمين من عمري - لساعة وثلاثون عاماً وربع لكي أكون دقيقة تماماً (يا إلهي، لماذا كانت حبّات الساعة الرامية تعطيبي انطباعاً بأنّها تجري على نحو متزايد من السرعة بمرور السنوات؟)-، لم تكن الحصيلة سيئة جداً: روح بقي إلى جانبي -يهدو أنسي قد نجوتُ من لعنة المرأة المهجورة، ولكني كنتُ أشعر بها أحيانا عثل سيف ديموقليس مسلطاً على-، وطفل رائع مهتاج ومشطرب بالتأكيد، ولكن ألا يشكل ذلك علامة على حيوية جميلة؟- وعمل يؤدّي على نحو مدهش ومذهل وطيفته المائة ويوثّر أحيانا مكافأة لي مقابل حصولي

على عقدٍ مع زبون.

إذاً، كان كل شيء يسير نوعاً ما على ما يرام. «نوعاً ما». ومن أجل «نوعاً ما» هذه بالضبط هرعتُ إلى كلود دونونيل. إن عبارة «نوعا ما» صغيرة تخفي جملة كبيرة من كلمة «لماذا»، مع فيض من الأسئلة المطروحة، مثلما سأختير التجزية عما قريب...

في يوم موعدنا نفسه، وصلتُ مشياً إلى عمارة جميلة ذات واجهة مهيية من الطراز الهوسماني": حجارة مقطّعة بأناقة فائقة، شرفات مصنوعة من الحديد المشغول مع أفاريز وقوالب مرخوفة. دخلتُ من بوابة عربات إلى بهو فاخر، تحت النظرة الممحوفة لتمثال امرأة. انتابني شعور خفيف من الرهبة والخجل، فاندسستُ بخطبي مسرعة إلى القاعة الداخلية المبلّطة بطريقة جميلة والمرتبة ببناتات زينة مخضوضرة تنشر أمام ناظر الوائر كل ثرائها اللوبي وترتبها الأيق. كان بمثابة مرفاً في أدغال مدينة. كان كلود دوبوتيل قد دلّي على العنوان بالقصيل: «الباب الأول على اليسار في نهاية الهو».

ما كدتُ أن أدق الجرس حتى فتحت امرأة قصيرة القامة ورقيقة لمي الباب، كما لو انّها كانت تنتظرنى خلف الباب.

سألتني من دون مقدمة، مع ابتسامة واسعة:

- أنتِ كاميل؟

أجبت وأنا حائرة ومرتبكة بعض الشيء:

- آه، نعم، أنا هي بذاتها.

طلبت مني أن أسير في إثرها عبر ممرّ طويل وبدا لبي أنها تلقي على نظرات خاطفة مشوبة بالفضول واللهور. حينما مرزنا من أمام مرآة، لم أستطع أن أمنع نفسي من القاء نظرة فيها لكي أتأكد من أن أحمر شفاهي ليس فاقعاً وأنه ليس هناك شيءٌ مبعثر في تيامي. ولكن كلا، لم يكن هناك أي شيء من هذا القبيل. ونقتني إلى قاعة انتظارٍ كانت مفروشة بأرائك وثيرة وفاخرة، وأكدت لي بأن السيد دوبونيل سوف يستقبلني بعد

 ⁽¹⁾ الفراز الهوسماني: طراز من العمارة منسوب إلى المعماري الفرنسي جورج أوجين هوسمان
 (1891-1891). - المعترجية

لحظة. استسلمتُ للانبهار بالأعمال الفنية المعاصرة التي كانت ترين جدران القاعة وأشكالها التزيينية وألوانها المتناسقة والمتناغمة على نحو دقيق. عادت المساعدة مرة أخرى بعد لحظات وأدخلت زائرة جديدة. جلست السيدة الشابة، التي لم أعطها أكثر من ثلاثين عاماً من العمر، على اربكة إلى يسارى. كانت سمراء مثيرة. حسدتُها على رشاقتها وأناقة مظهرها العصري. تفاجأت بتفحّصي الصامت لها، فابتسمت لي.

- هل لديك موعد مع كلود؟ - نعم.
 - هل هذه زيارتك الأولم ؟
 - - نعم.

- سوف ترين، إنه فذّ وخارق! لقد صنع المعجزات معي... بالتأكيد، هناك ما يفاجئ في منهجه، في البداية، ولكن...

انحنت نحوي في نية واضحة لكي تخبرني بالمزيد، حينما انفتح الباب على كلود دوبونتيل.

- آه صوفي، أنتِ هنا... صباح الخير يا كاميل. نحتاج إلى وقت قصير، لدينا ورقة

فقط سنتناقش فيها، ومن ثم سأكون معك.

لحقت به السيدة الشابة كما لو أنها تلحق بأحد إلى نهاية العالم. سمعتُ ضحكتها الخفيفة تتردّد في الممر. بدا كما لو أنهما كانا يتواطأن على القيام بأعمال دنيئة! أُغلِق باب الغرفة. ساد الصمت. ثم انفتح الباب بعد وقت قصير وسمعتُ من جديد الضحكة الخفيفة نفسها. سيحل دوري الآن...

مسحتُ، خفيةً، يدى بمعطفى على أمل أن أزيل آثار البلل الآثم. يا لها من حماقة أن يشعر المرء بالفزع من موعد كهذا، في حين أنَّه لا يعدو كونه مجرَّد زيارة فضولية!

> - كاميل؟ اتبعيني، الطريق من هنا... سرتُ في إثره حتى غرفته التي أدهشتني أيضاً بديكورها المرهف.

> قال مع ابتسامة لم تخلُّ بكلماته:

- اجلسي، من فضلك. أنا سعيد برؤيتك، وطالما أنك هنا فهذا لأنك ترغبين في تغيير أشياء في حياتك، اليم كذلك؟

- نعم، في الحقيقة، أعتقد... ما قلته لي في ذلك اليوم أثار حقًا اهتمامي وأرغب أشدّ الرغبة في أن أعرف المزيد عن منهجك.

- سوف أقول لك باختصار بأنّ هذا ليس منهجاً تقليدياً، لكونه يطرح مقاربة تجريبية أكثر مما يطرح مقاربة نظرية لمسألة التغيير. نحن ننطلق من مبدأ أن الشخص الذي يرغب في التغيير سوف لن يعثر على حقيقته ولن يُدرك أي معنى يُسنح لحياته بين الجدران الأربعة لعيادة طبية! وإنما يجد الشخص ذلك في المسارسة، في الملموس، في التجربة... بالنسبة لما تقيّى، يستقى هذا المنهج مصادره من تعاليم مختلف تيارات الأفكار الفلسفية والروحية وحتى العلمية ويستلهم ويستوحي التقنيات الأكثر تجربة للتسمية البشرية وتطوير الذات عبر العالم. إنه عبارة عن خلاصة أفضل ما فكر فيه البشر للتطوير نحد الأحسن.

- أفهم ذلك... تقول «يعطي معنى لحياته»... هذا الكلام يخصّني، بكل تأكيد. هذا ما زيده جميماً، اليس كذلك؟ مثل «الكأس المقدسة» إلى حد ما... في المقابل، يبدو لي أنه من الصعب العثور على ذلك وسوف لن أعرف من أين أبداً!

 لا تقلقي! «إعطاء المرء معنى لحياته» هو الخيط الأحمر للتغيير. في الممارسة العملية، يتم التنفيذ مرحلة بمرحلة.

- مرحلة بمرحلة؟

- نعم، عني عن القول أننا لا تحول إلى «حزام أسود للتغيير» بين ليلة وضحاها. ولهذا السبب أقوم بتطبيق نظرية الخطوت الصغيرة لكي أعسل على تقدم تلامذتي عبر مراحل وخطوت متعاقبة. حينما تتحدث عن التغيير، يتخيل الكثير من الناس شيئاً ضخماً وجذرياً، لكن تقيرات الحياة الحاسمة تبدأ بتحولات صغيرة، غير ضارة ظاهرياً... قد تبدو لك نصائحي للحظات وكأنها حقائق حتمية تكاد تكون بديهية... لا تفرّي بذلك: ليس الأمر هو النجاح في أن يقوم المرء لمرة واحدة بالأشياء المعقدة، وإنما هو العوصّل إلى فعل ذلك كل يوم. كان أرسطو يقول: «نحن ما نكرر فعله دون توقف». هذا صحيح تماماً! إنّ تحوَّل العرم إلى شخعي أفضل وأكثر سعادة ومتوازن يتطلب عملاً وجهوداً منتظمة. سوف ترين بأن الصعوبة لا تكمن في معرفة ما ينبغي فعله لكي تصبحين أحسن حالاً، وإنما في الالتوام على نحرٍ صارم وفي الانتقال في النهاية من النظرية إلى المسارسة.

- وما الذي جعلك تعتقد بأنني قادرة على ذلك؟

- آه، نعم... أعتقد، نعم.

- ليس أنا من عليه أن يعتقد، وإنما أنب عليك أن تؤميي بذلك! ولكن بدلاً من أن تسألي نفسك إن كنت قادرة على ذلك، اسالي نفسك إن كنت ترغبين في ذلك. هل لديك الرغبة في ذلك، يا كاميل؟

ابتسم لي بلطف وحلم، ثمّ دعاني لمشاهدة الوثائق المعلّقة على الجدار، بالقرب من مكتبه. نهضتُ واقتربت منها لأنفحصها.

كانت عبارة عن صور لأشخاص سعداء ومبتهجين تمّ تصويرهم على ما يمكننا أن نخمن في عملهم الخاص المرتدم ويطاقات بريدية تحمل عبارات الشكر والتناء مرسلة من أصفاع بعيدة ومترفة وشهادات تقدير وعرفان من كل نوع...

- هؤلاً، الأشخاص أيضاً، حيدما بدأوا، كانت الشكوك تتنابهم. مثلك تساماً. هذا أمرٌ طبيعي في البداية. ما ينبغي توقّوه هو وجود دافع وحافز قويين للانطلاق! هل تشعرين بأن لديك الحافز على التغيير، يا كاميل؟

حاول أن أجسّ نبض سريرتي وأن أسبر أغوار أعماقي.

- أوه، نعم، نعم، أجل! على الرغم من أن هذا يُخيفني بعض الشيء، إلا أنني أرغب حقًا في أن تتحرك الأمور! كيف... هنا، الأمر غامض جداً.

- أمرٌ عادي. لكي أساعدك على أن تَري الأمر أكثر وضوحاً، هل تريدين القيام بتمرين بسيط وسهل والذي لا يكلّف شيئاً ولن يستغرق سوى لحظات؟

- نعم، لم لا...

- ممتاز. أقترح عليك إذا أن تكتبي على ورقة كلّ ما تودين تغييره في حياتك. أقول

كلّ شيء، من الأشياء الأكثر تفاهة إلى الأشياء الأكثر جوهرية. لا تكبتي في داخلك أى شيء، اتفقنا؟ هل هذا يناسبك؟

- نعم، تمامأ.

أجلسني على طاولة مكتبٍ صغيرة في زاوية من الغرفة حيث كانت أوراق وأقلام من كل نوع تنتظر طالبي حياة أفضل.

قال مع ابتسامة تشجيع:

- سوف أدعك لوحدك. سوف أعود بعد قليل.

وجدتُ أن التمرين بسيطٌ للغاية ويدائُ بكتابة كلّ ما خطر على بالتي، مغربلة شريط حياتي. كنتُ سعيدة برؤية الأفكار وهي تندفع سريعة، واكتشفتُ بعد لجطات إلى أي درجة كانت قائمة رغباتي تطول. كنتُ أدرك الآن عدد السنفصات التي كنتُ قد راكستها وقد صدمني ذلك.

حينما عاد كلود دوبونتيل، كان لطيفاً وحرص على ألا يُبدي اندهاشه أمام طول قائمتي. قال بكلّ بساطة:

- هذا ممتاز.

انتابني ذاك الشعور بالانقباض الخفيف الذي يشعر به تلاميذ المدرسة حينما يتلقّون مكافأة من معلمهم.

كلامٌ لا طائل منه! ليس هناك حقّاً ما يدعو للسعادة أمام هكذا قائمةٍ طويلةٍ من الإحباطات والانكسارات!

لا بد أنه قرأ في أفكاري، فاستطرد، مطمئناً:

- كوني فخورة بنفسك. من الصعب جدًا أن يمتلك المرء الشجاعة في أن يُفرغ على الورق كل ما لا يسير سيراً حسناً في حياته! يمكنك أن تهنّين نفسك على ذلك.

أعانى شيئا من الصعوبة في أن أكون فخورة بنفسي، بشكلٍ عام...
 هذا أمرً يمكنه أن يتغير بسرعة.

- هذا صعب على التصديق، نظرأ...

- ومع ذلك هذا أول شيء أطلبه منك، يا كاميل: أن تصدّقي ذلك. هل أنتِ مستعدة لأن تفعلي هذا؟
 - أوه... نعم... أعتقد... الحقيقة، أريد أن أقول، أنا متأكدة من ذلك!
- هذا هو الوقت السناسب! «التغيير باب لا يفتح إلا من الداخل»، كما قال توم بيترز. الأمر الذي يعني، يا كاميل، بأنه ليس هناك سواك من يستطيع أن يقرر التغيير. يسكنني أن أساعد في ذلك. ولكنني أحتاج إلى الترامك الكامل.
 - سألته وقد استبدّ بني قلقٌ غامض:
 - ما الذي تقصده بعبارة «الالتزام الكامل»؟
- بكل بساطة أن تستعدي بالكامل للعبة ما سوف أطلبه منك للقيام به. اطمئني: لن يكون هناك أيّ شيء خطير، أو خارج قدرتك. سوف نعمل سويًا في إطارٍ أخلاقي، يحترم ويراعي إيقاعك في التطور والنقدم. الهدف الوحيد هو أن نخلق لديك استجابات ذهبية ونفسية إيجابية لكي ترافق الغيير في حياتك...
 - وماذا لو أنّ المنهج لم يعجبني أبدأ؟
- ليس هناك ما يلزم على اتباعه. إذا أردب أن تتوقعي، يمكنك أن تتوقعي. إذا قررت الستابعة، سوف أطالبك بأن تنخرطي في الأمر بنسبة 400%. بهذه الطريقة، سوف نحصل على أفضل التائج.
 - كم من الوقت تستغرق مدة الخضوع لهذا العلاج، بشكل عام؟
- الوقت الذي يحتاجه الشخص لكي يعيد رسم مشروع حياته بما يكفل له السعادة...
- اممم. أرى أنّ... لدي سؤال آخر: لم تحدثني عن الكلفة ولا أدري إن كنتُ أتوفر على المال الكافي لهكذا متابعة...
- لدى الروتينولوجيا طريقة عمل فريدة من نوعها وخاصة جدًا في هذا المجال،
 ولكنها أثبتت جدارتها وصحة منهجها: لن تدفعي سوى ما تقدّرين بأن مدينة لي به،
 وفقط حينما تنجحين في العلاج. إذا ما فشل منهجي ولم تكوني راضية، لن تدفعي

شيئأ

- ماذا؟ هذا أمرٌ جنوني تماماً! وماذا تفعل لكي تعيش؟ وكيف تكون واثقاً من أن الناس سوف يمتلكون مصداقية ونزاهة أن يدفعوا لك أجورك ذات يوم أو آخر؟

- هذه هي نظرتك للعالم إلى هذه اللحظة، يا كاميل. ومع ذلك يسكنني أن أوكد لك بأنه من خلال الاعتماد على الفقة وعلى قيم أخرى مثل تقاسم المعارف والدعم غير المشروط، أظهر الأشخاص الذين ساعدتهم بأنهم أكثر من كرماء معي، حينما يلفون هدفهم... أنا أؤمن بطاقة النجاح لذى كل شخص لكي يحترم شخصيته وقيمه الراسخة. يكفى أن تظهر مشروع الحياة تماشياً مع جوهرنا الحقيقي. هذا يتطلب التواماً حقيقياً بالمنهج وبذل الكثير من الجهود. ولكن يا لها من مكافاة!

> -- هل سبق وأن صادفت حالات من الفشل؟

> > - لا أبدأ.

- حسناً. سوف تتوقف هنا وتكفني لهذا اليوم. سوف أدعك تفكرين بهدوء في كلّ هذا الأمر. يمكنك أيضاً الالترام بالسرحلة الأولى لكي تري نتائجها... إذا كانت النبيجة مقمة بالنسبة اليك، تواصليه, السشهار، وبخلاف ذلك تتوقّف.!

- سوف أفكر في الأمر، شكراً كلود.

رافقني إلى الباب وصافحني مصافحة حازمة وواثقة، مصافحة رجل يعرف ما يريده في الحياة.

حسدته على ذلك.

- سوف أعود اليك بسرعة لكي أقول لك... إلى اللقاء يا كلود.

- على العكس، خذي وقتك. إلى اللقاء يا كاميل.

6

وجدتُ نفسي في الشارع مثل غرية عن نفسي: كان الحديث الذي دار يبني وبين كلود قد هزئي وغيرني. كانت يداي ترتعشان قليلاً ولم أكن أعلم إن كان ذلك بسبب المحوف أم بسبب الهيجان. بينما كنتُ أتوجه نحو المترو لكي أعرد إلى بيتي، كانت الأمكار تدافع بسرعة جنونة في ذهني. مع كل خطوة، كنت أتذكر أقوال كلود، وكان عرمي يتعاظم: «لكل إنسان واجب حيال الحياة، ألا تعتقد ذلك؟ أن يتعلم كيف يعرف ذاته، أن يدرك بأن الوقت محسوب، اتخاذ الخيارات التي تقرض الالترام والتي لها معني. وخاصة، ألا يهدر مواهه... كابيل، من الشلخ دائماً أن يحقق المرء ذاته»!

خلال السهرة، استعدث في ذهني ما كانت عليه حياتي في هذا اليوم: كانت بمثابة مخبأ، مخبأ عملي، مخبأ حكايات عشقي... أوراق توت... لقد آن الأوان لكي أكفّ عن تفطية وجهي وأن أجرة على أن أستعيد زمام الأمور بيدي. كان جوناس يغني: «غيروا كل شيء، غيروا كل شيء، في حياة تستحق الضرب. غيروا كل شيء، غيروا كل شيء، غيروا كل شيء». وكان على أن أعتي بدوري أغنيني.

كانت حياتي كأم متورّة، كان التورّ يبني وبين ابني قد بلغ منذ فترة أنصاه، كان كل شيء يُلقى بثقله على كاهلي. بين الحياة المدرسية وأنشطة أوقات الفراغ والمواعيد الطبية، كنت أشعر بأنه لم يئد يتعلق بي ولم يئد لديه دقيقة واحدة من الوقت ليخصصها لي. ما كنت أضع قدمي في البيت، حتى يتم تلقفي. ولعدم قدري على الاهتمام بنفسي قايلاً، كانت عبة تساهلي وتسامحي قد انخفضت كثيرة. كنت أتوتر وأغضب لأدبي سبب. خاصة بشأن الواجبات المدرسية التي كانت قد تضاعفت، هذه السنة، لثلاثة أضعاف تحت ضغط معلم متحتس للغاية. كان أدريان وقد نال منه النعب بسبب يومه المدرسي يعيش هذا الشامي في العمل كما لو أنه عقاب له. لم تكن الوظائف المدرسية تتهي وكنتُ أشعر بأنتي أجرة كما لو أنني أسحب رسن حمارٍ ميّت. كنت أصرح به، فيضجر باكياً أو في نوبات عصبية...

بعد أن ننتهي من الواجبات المدرسية، وقد أعياني النعب، كنتُ أطلق له العنان فيهرع إلى الشاشات للتسلية. كنت أدرك بأنّ هذا خيار السهولة، ولكنني كنتُ بحاجة إلى القليل من الهدوء والسلام، كنتُ بحاجة إلى أن أتحرّر من الشغط النفسي لبضع دقائق. ولكى أهدّى نفسى، كنتُ أقول لنفسى: هذا موقق إنساني، اليس كذلك؟

عَالياً ما كان يريد أن تِي لكي أرى العالم الخيالي الذّي بناه على لعبة «سيكرافت» التي كانت لعبته المفضلة آنذاك، أو لكي أشاهد مقطع الفيديو المفضل لديه على الهتهوب.

- ليس لدي الكثير من الوقت يا عزيزي، يجب أن أعدّ العشاء...

هكذا كان الحال. خلال بضعة أشهر، لم أمتلك طاقة الاهتمام بعالمه، وأنا أحفر، من دون أن أدرك حقيقة، هوّه بيننا... فكان يغادر محبطأ وحزيناً للغاية.

كان يعاتبني أحياناً، قائلا:

- أنت لا تفعلين معي أي شيء أبدأ!

وكنتُ أخوض في سوق المبرّرات والأعذار.

- أدريان، حاول أن تفهمني قليلاً. لقد كبرت، الآن. الأمور لا تسير من تلقائها! ثم أن كلّ الألعاب التي...

- نعم، ولكن ليس لديّ أي شخص ألعبُّ معه... لماذا لا تنجين لي أخاً صغيراً؟ وها هو الشعور بالذب مرّه أخرى... لماذا نكون مجيرات، كنساء أوروبيات، على أن ننجب نقط 2,01 طفلاً؟ ماذا في حال أردتُ طفلاً واحداً فقطاً؟ الضغط الاجتماعي... هذا الضغط أبيضاً كان يثير أعصامي! على مدار السنة، كانت تطرق مسامعي عبارات تقليدية وشائعة. «هذا محزن، أن يكون لك طفلٌ وحيد! لا بد أنه يتضابق...».

شعر سياستيان بالإحباط حينما اعترفتُ له بأنني لا أريد أطفالاً أخرين... أيكون هذا الأمر قد ساهم أيضاً في توسيع الهزة بينا؟ هذا الأمر والروتين. الحياة الرئية واليوميات المملة. على قدر ما كان متاحاً لنا ألا نظهر، لم نعد نظهر أبداً. يجتاحُنا الإهمال، بل ويصبح صارخاً أمام أعينا ولكننا لا نعود ندركه أو نلاحظه.

لقد وصلتُ إلى هذه الحالة في أفكاري، حيسا ألقيتُ نظرة على زوجي، وهو مستلي على أربكة، وهو يشاهد الطفاز بعن ويلعب بهائية الذكي بالأخرى، غير مبال بحضوري ومن دون أن يشعر خاصّة بما يعتمل في داخلي من انفعال وتوقر. كان ذلك بمثابة العامل الباعث على الانطلاق، فها أنما أريد الخروج من هذه السعادة اللبدة المستطرة كنونة موسيقية، وأكفّت عن الاكتفاء بحياة بسيطة ولطيقة باللث في المجاملة والإرضاء فيها بحيث لم يعد لها أي معنى. قررت أن أمثلك الجرأة على زغرعة ما هو راعت على هو متوقع وما هو متفق عليه؛ وأن أقايض ما هو باعث على الطمأنية بما هو باعث على الحماسة؛ باختصار، أن أضغط على زر «إعادة تشغيل» وأن أنطلق على أسب جديدة.

كتبتُ رسالة هاتفية قصيرة إلى كلود دوبونيل وضغط في الحال على زر «إرسال» مثل شخص يسحب السلّم من تحته لكي يتأكد من أنه لن يعود باستطاعته الرجوع إلى الوراء. كان المريد من التفكير يجازف بخطر التراجع.

لقد قرّرتُ أن أقوم بمحاولة وأن أرى ما قد يمنحه منهجك. لن أخسر شيئاً، اليس كذلك؟

> بعد مضي ما يقارب نصف ساعة، جفلتُ لسماع رئين هاتفي المحمول. مرحي لك على هذه الخطوة الأولى، يا كاميل. إنها الخطوة الأكثر كلفة ولكنك سوف لن تندمين، أنا واقى من ذلك. ترقبي بريدك. سوف تتلقين من خلاله إرشاداتي وتعليماتي الأولى.

الى اللقاء القريب، كلود

كنتُ سعيدة ومنفعلة وقلقة في آن واحد.

أمضيث ليلة مضطرية وأنا أحلم بأنني أتحدر على حلية للتولج على الجليد بوتيرة محمومة ومتشية فرحاً إلى درجة أنبي أدرك بأنه على الرغم من كل محاولاتي؛ لم أستطع العوقف... استيقظتُ وأنا أتصبب عرقاً وأرتجف خوفاً.

بدا لي ذلك النهار طويلاً لا ينتهي، لشدة ما كنت مستعجلة للعودة إلى يبتي لكي أفتح صندوق رسائلي. ولكنبي أصبتُ بالإحباط حينما فتحته. كان خالياً من الرسائل. أنت لجوجة كثيراً يا كاميل المسكينة! أنت لست أولويته.

في اليوم التالي، كان الصندوق فارغأ أيضاً. وكانت خيبة أمل جديدة.

۔ باہ، لم یمض حتی ثمان وأربعون ساعة...

في اليوم الثالث... الصندوق فارغ!

كظنتُ عيظي. تحوّل انفعالي وحماستي إلى إحياط. متي سيداً العلاج؟ بعد ثمانية أيام من الانتظار المنحموم، لم أتحد أحتمل الانتظار فإنهرتُ وهاتفتُ كلود. ردت على مساعدته بصوتها الساحر، السيرمج على تهدئة كل حالات الهياج العصبي.

- أنا آسفة. السيد دوبونتيل لديه مواعيد طيلة هذا النهار. هل يمكنني أن أنقل إليه رسالة؟

- آه، نعم، أشكرك. أودّ أن أعرف متي سيبدأ برنامجي.
 - ماذا قال لك، في آخر مرة قابليه؟
- أن أنتظر تعليماته التي من المفترض أن تصلني عبر البريد.
- إذا كان قد قال هذا، إذا، ما عليك سوى أن تنتظري. إلى اللقاء... أتمنى للي نهاراً ممتعاً.

هذه المرة، أثار صوتها الرقيق سخطي. أغلقتُ مساعة الهائف منزعجة وضرب الأرض برجليّ وأنا على استعدادٍ لكي أمرق أوّل مجلة تقع تحت يديّ لكي أحولها إلى كرات من ورق. 7

بعد ذلك بتلانة أيام، تلقيث أخيراً: البريد الذي انتظرته طويلاً. انتظرتُ لأحد عشر يوماً. جسستُ المغلّف، المحتمّر على نحوٍ خفيف، وحاركُ بعصبية أن أكتشف ما الخالة

في داخل المغلّف، وجدث سلسالاً تعرّفتُ عليه في الحال بكونه طوقاً من ماركة شارمس. كانت تتدلّي منه فلادة صغيرة رائعة على شكل زهرة لوتس بيضاء جميلة. فتح بسرعة الكلمة المقتضبة التي كان كلود قد كتبها بخط يده على ووقة مطوية في أربع ثنيات.

صباح الغير يا كاميل،

أنا معيد يقرار في الانطلاق من جديد بروح اللبة في حياتك! أنا أثق يك وأتشى لك منذ الآن التوفيق في بلوغ أهدافك. وكعلامة على الترجيب والتشبيع. أقدم لك هذه القادة من ماركة شارس على شكل زهرة كوش بيضاء. وفي كل مرة تتجاوزين فيها مرحلة حاسة. أي مرجة في التغيير. موف تتلقين مني قلادة لوش جديدة من ماركة شارص بلون جديد. وكما هو العال في فنون الدفاع عن النفس. بيكون رمز المون مناسبة مع ارتقاء المستوى اللون الأبيض للبيترث. تم اللون الأصفر والأخضر والأزرق والبنفسين... هتى تبلغين مستوى زهرة اللوش سودا، اللون التى ستكون علامة على يلوغك البستوى الأفصى من التغيير. ويكون ذلك بستاية المؤثر على أنك قد يلغت كل أهرافك...

قلبتُ القلادة بين أصابعي، وقد أغواني المبدأ، ثم تابعتُ قراءة رسالتي:

في هذه الأيام الأخيرة، من مون أن تعرفي ذلك. بدأت الانطلاقة وتعلّبت الدرس الأول: أنّ تبقى في حالة انتظار أبداً وسليبة، لقد أمضيت وقتك في ترقّب تعليماتي، لكن أخيرك بنا ينبقى عليك القيام به. والعال أنّك كنت تستطيعين أن تهدّي بالتصرف بنفسك. تذكرى جيداً، يا كاميل: أثنت لوحدك وببضراك بيكنك أن تعركي حياتك الغاصة. يجب أن تبدأ العركة منك. سوف أكون دليلك ولكنني سوف لن أقوم بأكّ شيء نباية عنك. اكتبى في مقتر ملاحظات هذه الجبلة التي يجب أن تشاهديها كلّ يوم:

«أنا لوحدى البسؤولة عن حياتي وعن سعادتي».

الآن ها هى مهنئك الأولى: عليه «البياش الطليم». بوف تباشرين بعلية إعادة ترتيب ماطلية/المارجية كاملة. بوف أوضح الأسر: أقصد بإعادة ترتيب ماطلية أن تشخصى في معينك كل ما يبدو لك ساماً وضاراً ومسبباً للتصلّب في علاقاتك وفي تنظيم حياتك. وأنا اسكى هذا بالبيئة الشخصية! وسوف تقومين بالتوادى مع ذلك بعلية إعادة ترتيب خارجية في منزلك. سوف ترمين على الأول عشرة أتباء غير مفيدة وسوف تقومين بعلية ترتيب وفرز وتعسين ماطلك بكل السبل يوماً، في أثنا، هذه الفترة، بمكنك بكل تأكيد أن تغيريني بالمصاعب التي تُصادفك سوا، عبر البريد الإلكتروني أو عبر الرسائل الهائفية القصيرة. سوف أحرص دائما على أن أجيب عن تساؤلاتك. أنبشى لك التوفيق. والى اللقاء القريب!

سقطت الرسالة من بين يديّ. يا له من برنامج! لم تكن فكرة أن أتحوّل إلى «السيّدة النظيفة» تستهوبني. ونظراً إلى حالة البيت، كنتُ قد تأخّرت عليه كثيراً لكي أعيد ترتيب. ناهيكم عن ضيق الوقت! كنتُ أمون من ساعات عملي المجزية؛ أما أعون دائماً في وقت متأخّر جداً من العمل لكي أعرّض عن ساعات عملي المجزية؛ أما بالنسبة إلى يوم الأرماء، اليوم الذي من المفترض أن أكون في عطلة خلاله، فكان عبارة عن سباق ماراتون حقيقي للأنشطة المدرسية الإضافية والطبية لابني أدويان! كان كلود قد سي تفصيلاً صغيراً: لم أكن ربّة مترل! لم تكن لدي أيام كاملة من الفراغ!

أعربتُ له عن قلقى في الحال عبر رسالة هاتفية قصيرة:

صباح الخير. مهمة «البياض العظيم» صعبة للغاية. سوف لن يكون لدي أبدأ الوقت للقيام بها! ما العمل؟ تحياتي الصادقة، كاميل.

انتظرتُ ردّه. وصلني الردّ في رسالة تلقيتُها بالبريد الإلكتروني في وقت متأخر من ذلك النهار:

عزيزتي كاميل،

الوقت، في حدّ ذاته، ليس مشكلة. وحده الذهن قد يكون مشكلة، إذا أقنعت نفسك بأنّ الوقت مشكلة، فسوف يكون كذلك. وإذا ما كنب، على العكس من ذلك، مقتنعة بأنك سوف تنجحين في التحرّر منه، فهناك فرص كبيرة لكي تنجحي في هذا الأمر. حاولي... سوف ترين أنّ دماغك يصدّق ما تقولين له. ولكن لا تقلقي، سوف نتناقش باستفاضة حول موضوع الذهبية والتفكير الإيجابي في وقت قريب... أما الآن، فحاولي أن تجدي طريقة لكي تأرمي نفسك بمهتبك لربع ساعة أو نصف ساعة، في السساء، في عطلة نهاية الأسبوع. وتذكري أن: الطاقة تستتبع الطاقة. في الأيام الأولى، سوف تبدو لك هذه الجهود مضنية للغاية، ثم مع مرور الأيام، سوف تصبح أقل صعوبة بالتدريج. كلما بذلب المويد من الجهد، سوف توداد رغبتك في بذل المويد! تشغيل ك التوفيق، كلود.

هل كان يريد أن أثبت إمكاناتي من خلال تحوّلي إلى الملاكم «روكي» في استخدام منافض الريش في تنظيف البيت؟ حسناً. سوف أظهر له كفاءتي وقدراتي!

في السساء ذاته، حالما نام أدريان، انخرطتُ في معركة لا هوادة فيها ضدّ الفيار والفوضى التي كانت تعمّ البيت. لدى العودة من المكتب، كنت قد اشتريثُ عدداً كبيراً من أكياس القمامة من سعة مائة لتر ومواد تنظيفٍ من شتّي الأصناف. كان عرق جبيني يسيل مدراز وأنا أعمل بطاقة هائلة، يمكنكم أن تصدّقوني!

تابع سياستيان حملة التنظيف تلك بعينين دائريتين كاتنا تلتمعان ببريق ساخر كنتُ أقرأ فيهما نوعا من الشك. كان الأمر بالنسبة إلى سيّان! سوف لن يوقفني أي شيء في الدفاعي وحماستي في إعصار تنظيف المنزل. أقصد، لا شيء سيوقفني إلى أن أفتح خزانة الممرّ... كانت تنظيفي هناك كومة من الأوراق التي تضم كراتين مهشّمة، بل وميقرة أحياناً وسقط متاع من الأشياء التافهة التي لا فائدة منها كان الأحرى بها أن تكون في أسواق البراغيث الخاصة بالبضائع التافقة والمهترثة، بدءاً من الدمية المهجورة وحتى فانوس الحديقة في حين لم تكن لدينا حديقة وأكداسٌ من التياب المهملة وأشياء صغيرة جداً وأخرى شي عليها المدتّ ومتحولة إلى كبب من القماش ومضارب تسن الريشة لم تُستخدم أبداً

وصنادين ذكريات لحفلة منسية ورسائل لم تُفتح ورسائل مفتوحة من أشخاص نسينا وجوههم ورسائل من أشخاص نحيهم ولكننا نسينا أن نخرهم بذلك وعلية مناديل من ماركة SNIF غير عليها في متجر للأدوات في حقية بعيدة من عصرها الذهبي وصورة العشيق الأقل حيث تنساءل الواحدة كيف وقعت في غرامه و دفتر ملرسيّ من الصف الرابع وكيس صغير مليء بحبّات ملبس لحفلة الزواج وقد التصقت كلها ببعضها وفسدت ومع ذلك نحفظ بها، لأنها مع ذلك...

أخرجتُ كلِّ شيء من الخوانة، وأعترف لكم بأنني، أمام تلك الكومة الكبيرة من الفبار، كدتُ أن أستسلم وأتراجع. ولكن بمواصلة عملية العزل والفرز ورمي الأشياء البالية، وكان ذلك جنونياً، استعدتُ المساحة الحيوية في عقلي وروحي! هذا «العلاج بالفراغ» جعلني في أحسن حال.

مساء بعد آخر، كنتُ أخرز بالطريقة نفسها النصر على الفوضى وأكتسب مساحات جديدة على حسابها. كنتُ أطارد وألاحق المفاجآت السيئة التي تنظرني خلف الأثاث المنزلي والزوايا المنسبة والأشياء التي لا نعود نجرؤ على رميها لشدة ما اعتدنا على أن نزاها... وداعا أيها الغبار المتمرّد والشعر المتساقط في المغسلة والطبقات المتكلّسة المزعجة! عملتُ بلا هوادة وبلا تراجع، فحصلت في النهاية على مكافأة جميلة. في نهاية الأسبوع، كان المنزل يبدو أشبه بشقة أنيقة شاهدة على ما بذلته من نشاط. أنهجني ذلك كثيراً.

علَّق سيباستيان بسخرية مصطنعة لاذعة تشوبها مسحة من الإعجاب:

- حسناً، لم يعد بوسعنا إيقافك.

- هذا أمرٌ يُشعِرنا بالارتياح، اليس كذلك؟

- نعم، نعم، هذا يُشعرنا بالارتياح. هذا فقط... مفاجئ بعض الشيء أن يدُبّ فيك هذا النشاط فجأة!

ماذا؟ هل كان ينبغي أن أرسل إليه إخطاراً بالتحول مع إشعار بالاستلام؟ هل كان

هناك أيضاً تباطؤ في الإجراءات في فنّ السعادة الروجية؟ كان فتوره حيال النغير يغيظني! لا بدّ أنني قد أردتُ أن يبدي حماسة وأن يشارك... لماذا كان يعطيني على الدوام الانطباع بأنه مشاهدً لحياتنا الزوجية؟ رغيتُ في أن أهرو وأن أخيره بأنّه من الضروري أن تنغير الأمور وأن هذا الجمود يختفني ويضعف مشاعري ويفتّنها والذي كان بالتأكيد ينال معه هر أيضاً...

في عطلة نهاية الأسبوع التالي، أقنعتُ في نهاية المطاف زوجي وابني بأن نمنح لحياتنا الداخلية جرعة من التحديث.

إدارة مؤسسة ديكوراما العائلية. كنتُ أمتستع ببلوغ هذه المرحلة النهائية، الديكور، حبّة كرز على قالب الحلوى الخاص بعملية «البياض العظيم» خاصتي. ولكنبي سرعان ما أدركتُ أن هذه سوف لن تكون حفلة المنعة الستوقة. كانت هناك اختلافات مطلقة في الدوافع بيننا. ففي حين كنتُ أحلم بالتباطؤ وإضاعة الوقت أمام كلّ رفّ من رفوف البضائع لكي أثير الأفكار الجيدة، كان سياستيان يسرع الخطي في المتجر لكي ينتهي من عملية النسوق بأسرع وقت ممكن. لو كنتُ أصغي إليه، لناسبته أول علية طلاء يقع عليها عليها عليه عليها المناسبة أول علية طلاء يقع عليها.

ولذلك كنت أجرّه وهو يتنهَد متأفقاً ويضرب رجليه بالأرض وقد عيل صبره بين الرقوف بينما كنتُ أحاول بطريقة أو بأخرى أن ألقي نظرة على البضائع المعروضة، ومعطفي يعدِّى على دراعي الأيس وأدريان يتدلّى على الأيسر. لم يكن يجد ما هو أكثر ابتهاجاً من لمس كل شيء، وأنا أتصبب عرفاً من الحرارة والقوتر، لمحثّ رفّ الدهانات، كانت تلك اللحظة المواتية وإلا لن يعود بإمكاني أبداً أن أعيد تحقير القوات! كنتُ آمل أن تُمهج غلب الطلاء بالواتها المعيرة خالهما وأن يُهديا بعض العماسة ويختارا لون غرفتهما.

بالنسبة إلى أدريان، سار الأمر بسرعة البرق: لقد اختار لونا أخضر «حشيشيا»، شبيهاً بلون عشب السلاعب والذي يتناسب تماماً مع شغفه بكرة القدم. بدا سبياستيان أكثر تردّدًا بكثير ولكن في نهاية مقاومته، انتهى به الأمر إلى أن يختار «البي الكاشف» ولون «الكريما». كنتُ سعيدة باللونين، لأنّهما كانا اللونين السابقين نفسهما.

أرهقت مرحلة دفع الحساب أعصابي كثيراً إلى درجة أنبي تساءلتُ في نفسي للحظة إن كنتُ سوف لن أغادر المكان وأترك كل شيء وأخرج خالية الوفاض. كان شخص قد عطل سير الدور بسبب براغ اشتراها بالمفرّق ولم يعثر أحد على سعرها. تصوّرتُ بنوع من اللذّة ذاك الرجل وهو ينهمك في تناول براغيه الصغيرة واحداً تلو الآخر. ولكن مع ذلك بقي الأكثر بشاعة الخيال الميكيافيلي لقسم السبويق الذي كان يضع تلك المغربات الشيطانية الطازجة تحت أنظار الأطفال الذين يتلقفون إليها بنفاد صبر. سكاكر، بطاريات، مصابيح... بالطبع، أراد أدريان شيئا ليس لشيء سوى لمتعة أخذ شيء ما، وقدّم لي دليلاً ساطعاً على جدوى شراء شيء كهذا. كنتُ منقسمة بين غضب متصاعد ونوع من الافتخار أمام قدرته على الإنقاع.

وحفاظا على السُّلم الأسري، استسلمتُ لطلبه علبة من تيك تاك بنكهة التفاح. قال وهو يقوم بالحركة المناسبة:

- يس!

أهيراً، حان دورنا. الأكياس المبلية، الخروج، الهواء المنعش، كراج السيارات، ضجيج صندوق السيارة، وأدريان الذي أراد أن نرفع الصوت وعني بصوتِ عالٍ كما هو دارج: I am The Voice ... ساد صمتنا وسط ضجيج...

مضي ما تبقي من عطلة نهاية الأسبوع بين أغطية الأسرة وبكرات الورق وكيلومتر من ورق الحمّام، وقصصان قديمة ملطّحة بالدهان وحفلات البيتزا والتخييم وسط الصالون. ومن ثمّ حان وقت المكافأة: توهج بيتا كما لو كان جديداً، وحتى نحن، وعلى الرغم من أنّ أنوفنا تشبّحت برائحة الطلاء الطارج والمتنا أطرافنا بسبب مضاعفة طبقات الدهان، ولكننا كنّا سعداء. كنا بكلّ بساطة سعداء. 8

أرسكُ خلال الأسبوع صورَ ما قمت به من ترتب وتنظيف للبيت إلى كلود الذي رحّب بالنتيجة وأشاد بها. ثمّ أرسل إلى رسالة بالديد الإلكتروني يشرح لي فيها كيفية البدء بالمرحلة التالية: عملية الترتيب والتنظيف الداخلية، المرحلة التي كان عليها أن تسمح لي بأن أقوم بتشخيص كلّ ما كان يلوث بينتي وعلاقتي مع الأغربين ومن ثم النخلص مه.

تعلمين يا كاميل أنّ الحياة أشبه بمنطاد، ولكي نرتقي فيه إلى أعلى ما يكون، يجب أن نجيد التخلص من الحمولة الزائدة وأن نرمي من على منته كل ما يعيق ارتفاعنا وإنقابنا.

ما بعد المجاز، كان يطلب مني أن أكتب في صفحة واحدة من قياس A4 عن عنصر من حياتي لم أعد أرغب فيه.

> وتعالي مع كل هذا يوم الجمعة في الساعة الثانية بعد الظهر، إذا كان هذا الموعد يناسبك، إلى حديقة أندريه - سيتروين في الدائرة الخامسة عشرة. طابت أمسيتك!

أي فكرة تجول في ذهنه؟ مهما يكن من أمر، كن متأكدة من أنّ ذلك سيُحديث تحوّلاً ... خلال لحظات، تساءلتُ في نفسي إلى أين سيقودني كلّ هذا. كن أشعر بنفسي معجّلة كثيراً وكنت أشعر أحياناً من جراء ذلك بانقباض في معدتي. ألن أندم على حياتي الهادئة والبسيطة، دون المجازفة بالتعرّض لمخاطرَ كبيرة ولكن أيضاً من دون اضطرابات؟ كلا. قطعاً لا.

استأنف قراءة رسالته الإلكترونية التي كانت تضم ملف مرفقا وملحق حاشية: لقد أرفقت لك مخطّطاً هامًا جدًا لكي تستوحي منه حالتك الذهنية الجديدة. المقصود هو الحلقة الفاضلة ضد الحلقة السفرغة. ما رأيك بذلك؟

نقرتُ على الملف المرفق واكتشفتُ مكتوبين مقدّمين على نحوٍ جميل:
الحلقة المفرغة: تفكير سلبي، هيئة جسدية خاملة، الظهر مقوّس
والعشلات مرتخبة، نقص الطاقة، حزن، تثبيط عزيمة، مخاوف،
تسيّب، عدم القدرة على الاعتباء بالنفس، سوء تقدير للذات، «أنا
لا شيء، سوف لن أتجع»، انطواء على الذات، قلّة الانفتاح على
الأخرين، الإحساس بالوجود في مأزق، عدم وضوح في الرؤية،
قافً غير مؤكدة، الفشل وعدم بلوغ الأهداف.

الحلقة الفاضلة: تفكير إيجابي أو «التصرف كما لو أنّ»، هيئة جسدية حيوية (الظهر مستقيم، والذقن مرفوع والابتسامة على الشفاه)، ورم الحيوية والحماسة بادية، قدرة على الاعتناء بالنفس (حسن الطعام ومعارسة التمايين الرياضية والاستمتاع بالحياة)، حسن انقدير للذات، «لذي قيمة، أمنحق أن أكون سعيدة»، انفتاح على الأخرين، قُرص، شبكة، إمكانات الانظلاق من جديد، ايتكار، نظرة بناءة حول الأوضاع والحلول، النجاح. الوصول إلى الأهداف المحددة،

مُطرقة في التفكير، تأمّلت هذا الرسم البياني للأفكار الأكبر توضيحاً. بدأتُ أستوعب الفكرة العامة وأدركتُ بأن الكبير من تصرفاتي إلى هذه اللحظة تضمعني في جانب الحلقة المفرغة. كانت تلك طريقة لقياس الطريق الني بقي على أن أقطمها.

يوم الأربعاء، كنتُ في انتظار وترقّب. كنتُ مستعجلة لكي أكتشف ما أعدّه لي كلود وعبرتُ حديقة أندريه-سيتروين بخطوات سريعة لكي أصلَ إلى مكان الموعد، عند قمّة النصب التذكاري. تصوروا أنني كنتُ أسكن في باريس ولا أعرف هذه الجوهرة النباتية! بينما كنتُ أسير في الممرّات كنتُ ألتهم بعيني، مذهولة، الزخرفة النباتية البديعة وجمال تصاميم النوافير والمساقط المائية، ناهيكم عن العديد من الأشجار الغريبة والنباتات النادرة... أدهشت تلك النزهة حواسي وأبهجتها وكشفت لي إلى أي درجة كانت الطبيعة غائبة عن حياتي. فتذكرت في الحال مقالة في غاية الأهمية للدكتور إيان ألكوك في مدرسة الطب في إكستر (المملكة المتّحدة) كان قد نشرها في صحيفة إنفيرمنتال سيانس أند تيكنولوجي (علم البيئة والتكنولوجيا). كان الدكتور ألكوك يدرس في مقالته العلاقة التطورية للصحّة الذهنية مع ثلاثة عوامل مستقلة: الزواج (الذي يبدأ خطه البياني للرضا والارتياح من نقطة مرتفعة ويهبط تدريجياً بمرور السنوات) ولعبة اللوتو (التي يثور خطِّها البياني في البداية ليبقى خامدة حتى النهاية) والطبيعة التي يبدأ خطها البياني بالتصاعد بوضوح شديد منذ البداية ولا يعود يكفّ عن الصعود أبدأ). وخلاصة مقالته هي الآتي: أكثر من الزواج واللوتو، تمنح الطبيعة راحة ذهنية يومية ومستمرة للأشخاص الذين يرتادونها. وهذا ما كان سيشجّعني على أن أذهب وأرتاح وسط الخضرة!

ترقَّبُ وصول كلود وتعرَّفُ في الحال على هيئته الفارعة الطول ومشيئه الواثقة وأناقته غير المتكلَّفة... إلَّا أن ما كان يدهشني على الدوام هو اللطف البادي على وجهه وبريق عييه الذي لا يمكن أن يظهر إلَّا عند الشخص الوائق من نفسه والناضج في داخله.

كان يثير إعجابي.

تصافحنا بحرارة. سأل عن أخباري وهو يقودني عبر الحديقة.

- إلى أين نذهب؟

- إلى هناك، أترين؟

- أين هناك؟ على المرج؟

- كلا، خلف المرج تماماً.

لم أكن أرى المكان الذي أراد أن نذهب إليه. لم أكن ألمح أي شيء، عدا منطاد «جيبرالي» العملاق. أدركتُ فجأة.

- ألن نذهب...؟

أجاب وفي عينيه بريقٌ خفيف:

- أجل، أجل. سنذهب. هل جلبتِ كلّ أوراقك التي دوّلتِ فيها الأشياء التي لم

تعودي تريدينها؟ - نعم. كلّها جاهزة.

- أحسنت، أرنى إياها...

قرأ كلّ واحدة من أوراقي بعناية وانتباه.

لم أعد أريد أن آكون لطيقة جداً.
لم أعد أريد أن أماير الأخرين كثيرا لكى أسعدهم.
لم أعد أريد أن أشطر بسلبية إلى أن تعدت لى أنبيا..
لم أعد أريد أن تنشاجر، أمريان وأثاء طيلة الوقت.
لم أعد أريد أن يزيد وزنى لأربعة كيلوغرامات إنسافية.
لم أعد أريد أن أخمل صورتى.
لم أعد أريد أن أمراع صياتى تسير مع التياد.
لم أعد أريد أن أصاب بالإصباط بسيب عملى.
لم أعد أريد أن أمياط أدارتى البيانة بدأى واهدتى.
لم أعد أريد أن أربط أدارتى البيانة بدأى واهدتى.

علَّق قائلاً:

- أرى أنك أنجزت عملًا جيدًا. أحسنتِ... قبل أن نرتفع في الأجواء، سنقوم ببعض الأعمال العملية. سوف اربك كيف يمكننا صنع طائرات ورقية...

لا شك أن هذا الرجل كان مجنونًا. لكنه بدأ يثير إعجابي تماما!

على الرغم من غرابة المهمة، نفذتُ الأمر دون أن أتفوه بكلمة واحدة.

حينما أنهيت، قال كلود:

- هذا هو! لدينا أسطولٌ جوي حقيقي. يمكننا الصعود الآن.

كنت أتابعه في حجرة المنطاد غير مطمئنة تماما وحينما بدأ المنطاد بالارتفاع، تشبثُ به.

- اهدئي يا كاميل، سيسير كل شيء على ما يرام...

ملذوعة في الكلام، عدلت من جلستي لكي أطرد هواجسي وخوفي وركزت نظري على الأفق. كان الخوف يعتصر أحشائي، ولكنني مع ذلك كنت أفتح عيني واسعتين لكي لا أفقد شيئا من التجربة. كنت أشعر بأن قلبي يبض أكثر قوة في صدري وتساءلت كيف سيكون رد فعل جسدي، إذا ما أصبت بالدوار.

- حاولي أن تركزي انتباهك على كل ما تشعرين به لكي تتمكني من وصف انطباعاتك في الحال، انفقنا؟

لم أترك ذراع كلود خلال كل فترة الصعود الذي تم دون ارتجاجات أو اهتزازات تذكر. في نهاية الأمر، فوجئت بأنني شعرت بالدوار على نحوٍ أقل مما كنت أعقد. أحسست بفراغ خفيف جدًا وبجفاف في الفم وارتعاش في اليدين، ولكنني كنت متماسكة وكنت أحسن التدبير.

كانت التجربة مثيرة وكان المنظر يقطع الأنفاس. كادت الدموع تنهمر من عيني لشدة ما كان المنظر جميلا. فوق كل شيء، كنت أدرك أهمية ما أقوم به. كنت قادرة على الارتفاع بعلو مالة وخمسين مترا عن الأرض وأن أنفلب على مخاوفي!

همس لي كلود في تلك اللحظة، قائلا:

- ألقِ مرساتك يا كاميل، ألق مرساتك!

وحينما رأي بأنني لم أفهم مغزاه، شرح لي مبدأ الإرساء الإيجابي، وهو عبارة عن تقنية تتبح للمرء، إذا ما أراد ذلك، أن يتماسك ويكتشف الحالة الجسدية والنفسانية التي بعيشها في أثناء لحظة من السعادة.

كان على قبل كل شيء أن ألقي مرساتي المربوطة على لحظة قوة في حياتي. ومن ثم أن أقرن كلمة أو صورة أو حركة بتلك اللحظة من الصفاء والسعادة. اليوم، وفي هذا المنظاد، اخترت أن أقبض بقوة على خنصر يدي اليسرى.

فيما بعد، ومع التمرين، سأستطيع أن أفعل مرساتي حينما أحتاج إلى ذلك، وذلك من خلال إعادة القيام بالحركة المرتبطة بالرسو وبذلك أستعيد الحالة النفسانية الإيجابية نذ . . ا

ومع ذلك، كنت أمال كاود المريد من الأيضاحات لكي أعيد تفعيل الرسو، لكي أتأكد من أنني قد فهمت العملية. نعم، هذا هو: لكي أشعر من جديد بهذا الإحساس من الصفاء والفقة، كان على أن أذهب وأبحث عن ذكري تلك اللحظة، ذكري ذلك الإحساس المكتف. حينما أمنقر في مكان هادئ ومريح، وحيدة وصافية الذهن ومرتاحة، معمضة العينين، إن كان ذلك مساعدا، سوف يمكنني حينذاك أن أكون تصورا ذهنيا، من خلال إعادة الفكير في تلك الذكري الخاصة، ومن خلال إعادة رؤية المشهد ومن خلال انخراطي حقاً في الأحاسيس الجمدية والفسائية. في تلك الملحظة، يمكن للحركة المقترنة أن تتكرر (أن أقيض بقوة على خنصر يدي اليسرى، في هذه الحالة)، بغية تشديد صعود الأحاسيس والالفعالات الإيجابية.

أوضح كلود قائلا:

- ينبغي ممارسة التمرين غالبا لكي تكون المرساة فعالة.

كنت لا أزال شكاكة بعض الشيء ولكنني وعدته بأن أبذل جهدي.

قال أيضاً:

- لقد آن الأوان لأن ترمي من على متن المنطاد طائراتك الورقية الصغيرة وتقولي وداعا لكل هذه الأحمال! ومزية الحركة مهمة جدا... تحت نظرته المحرضة، ألقيت طائراتي الورقة واحدة تلو الأخرى وأحسست فجأة بالارتباح. من خلال رمي كل تلك الأشياء التي لم أعد أريدها، عزرت عرمي على الطبير. كنت قد شفلت رافعة عملية تحول لم أكن أقدر بعد كل نتائجها. ومع ذلك، كان هناك أمر واحد مؤكد: كان قد فات الأوان على التراجع. سيكون على أن أكمل المشوار في تلك اللحظة، كان يمكنني أن أرى باستمتاع وراحة قطعي الورقة السغيرة وهي تنتاثر في الهواء. هيا إلى الأمام، وداعا يا أثقالي! ارتعشي! هذه آخر لحظات عمرك. كنت أمرح وأبهج بجنون.

حيدما عدنا من جديد إلى الأرض الصلبة، اقترح على كلود الذهاب لشرب فنجان من القهوة.

- والآن، يا كاميل، هل أنت فخورة بنفسك؟

- أعتقد، نعم...

- آه کلا، قولي بطريقة أفضل من هذه!

فصرخت بيقين وثقة أكبر:

- نعم! أنا فخورة بنفسي.

قال وهو يمدد في الوقت ذاته قهوته بإضافة الماء الساخن من القارورة التي جُلِبَت له:

- هذه هي الطبرقة الفضلي. إن أفضل طريقة لتمزيز ثقتك بنفسك هو أن تتعلمي أن تكرني أوفي صديقة لنفسك! يجب أن تقدري نفسك وأن تكوني رحيمة ومتسامحة مع ذاتك، وعليك أن تمنحي نفسك في غالب الأحيان علامات العرفان... هل تعديبي بذلك؟

قلت مازحة:

أجاب بالطريقة نفسها:

- معك، هناك هامش. وبهذا الخصوص، وكتمرين لبداية الأسبوع القادم، سوف

تعدين لي قائمة بكل مزاياك، بكل ما تجيدين فعله وبكل التجارب الأكثر نجاحا في حياتك... هل ستفعلين؟

- لا شيء أسهل من هذا! لاحظ، قد تكون القائمة قصيرة!

- آه یا کامیل... یا کامیل... إذا ما بدأت من جدید، سوف أضیف رهانات جیدة، انتههی! حسنا، اتفقال... في البدایة، ربما ستجدین صعوبة في العثور على مزایا، ولكن کلما تمرن دماغك على البحث عما هو اپنجابي فيك، کلما عثر على ذلك بسهولة. أجل، أجل، الأمر حقاً هكذا. أوه، وأريد أن أعطيك هذه...

نبش في جيبه لكي يخرج مه علمة صغوة. ضحك في نفسي وأنا أفكر بأنه يمكن، من بعيد، الاعتقاد بأنه سوف يطلب يدى وهو يهديني خاتما جميلا، الأمر الذي أثارني كثيرة. لم يكن ذلك خاتما، وإنما زهرة لوتس صغراء اللون جميلة. القلادة الثانية من ماركة شارمس. هذا يعني أنه كان يعتبر أنني قد تجاوز مرحلة جديدة من التغيير. شق على أن أخفي نفحة الافتخار التي سرت في وأشاعت الحرارة في خدى. شكرته وقد التمع البريق في عيني وأدخل القلادة في السلسال حيث انضمت إلى القلادة الأولى. تلقي كلود مكالمة هاتفية أرغمته على المفادرة بسرعة. قبل أن يفادرني، دس بين أصابعي قطعة صغيرة من الورق وانصرف دون أن يلتفت إلى الوراء. يا له من رجل غريب!

«كلّ شرء يتغير. فيس لأجل أن لا تكون. وإنسا لكى تصبح ما لم، تكته بصده إيكتيتوس. وحبشا لو ترسيين لى صورة كاميل التى ترسيين أن تصبحينها بأقصى سرعة، كلود.

9

كانت كاميل التي قيد الصيرورة تعمل بلا هوادة.

كان كلود قد طلب قائمة بكل مراياي وبكل ما أجيد فعله وبكل التجارب الأكثر نجاحا في حياتي... فأمضي أوقات فراغي، في الأيام التالية، في سبر الأهوار الدفينة، وسبر تجاويف روحيي في محاولة لكي أستخرج منها المواد الأولية التي طلبها مني كلود. بعد أن حرمتُ نفسي بحيل متين لكي أنزل إلى البئر الضيق لذكرياتي، تقدمت نحو الضوء المربك لذاكرتي.

تجارب إيجابية، مزايا شخصية... في البداية، كان الثقب الأسود! ثم، شيئا فشيئا، طفت على السطح واتخذت شكلا أمام عيني.

لكي أساعد نفسي، أبقي تحت ناظري قائمة الموايا التي كان كلود قد أرسلها الي. تساعل في نفسي عن الموايا التي يمكنني أن أنسبها إلى نفسي...

> مشياقة طموحة، جريقة مستقلة، مغامرة، هادئة، قتالية، تصالحية، واثقة، مبتكرة، وفية، دبلوماسية، مباشرة، منظمة، كتومة، لطيفة، حيوية، فاعلة، حنونة، قادرة على التحمل، ملية بالطاقة، تعمل بروح الغريق، مفتحة، مخلصة، مرنة، صريحة، كريمة، نويهة، ذات خيال، مستقلة، مبدعة، ذكية، تملك الحدس والبديهة، مرحة، عادلة، قيادية، تسيطر على نفسها، منهجة،

متحفرة، محافظة، عيدة، مفائلة، مرتبة، منتظمة، أصيلة، مفتحة العقل، صبورة، منابرة، مهذبة، متعددة المواهب، دقيقة المواعيد، دقيقة الكلام، حذرة، مشاكسة، متحفظة، مقاومة، مسؤولة، صارمة، ماكرة، رقيقة الإحساس، جدية، خدومة، اجتماعية، منتبهة، عفوية، مستقرة، استراتيجية، متماسكة، متسامحة، مجدة في العمل، إرادية.

مضيافة، نعم. طموحة، ليس كثيرة! تصالحية، أكثر من اللازم. مبتكرة، كنت كذلك سابقا... رقيقة الإحساس، نعم، لا يتغير المرء أبدا. جدية ومجدة في العمل، تحت ضغط الظروف! كريمة، حنونة... أجل.

فيما يخص تجاربي الحياتية الأكثر نجاحا، عدا إنجاب ابني، بالطبع، ليس هاك ما يزيد على هذا. هذه المرة، ربما، حيث حصلت على علامة 19 من أصل 20، في الفنون البلاستيكية وحيث هنأتي أستاذي بحرارة قائلا بأنه على أن أستمر وأنني أمتلك الموهبة... ما زلت أتذكر ذلك بانفطال وتأثر. نعم، هنا، كنت أشعر فعلا بأنه يتم الاعزاف بموهبتي. كان هناك أيضاً اليوم الذي نلث فيه شهادتي العليا في العجارة واتصلت بوالدتي وأعلنت لها الخبر السعيد... لكن هل كانت تلك حمّاً فرحتي أنا أم فرحة أمي؟ كان على أن أتحدث عن ذلك مع كلود...

أما فيما يخص صورة كاميل التي أود أن أكون عليها، فكانت تشبه في تلك اللحظة صورة شاحبة وباهنة. كتبت كثيرا، كل الأفكار التي راودتي وشعرت بأنه حتى لو كان كل هذا لا يزال غامضا، فإن العملية كانت قد نشطت وأن الأمور سوف لن تنوامي عن أن تتوضع.

بينما كنت أقوم بهذا العمل التعريفي العميق، كان كلود يرسل إلى بشكل شبه يومي إرشادات وتوجيهات لكي يساعدني على المضي قدما باتجاه الحلقة الفاضلة.

وبهذه الطريقة، ذات صباح، وبينما كنت قد استيقظت منذ عشر دقائق تقريبا، لم

أتفاجاً بسماع دوي الربن المألوف لهاتهي، معلناً لي تلقي رسالة هاتفية قصيرة.

صباح الخير يا كاميل، اليوم، سوف تسبغين على نهارك جواً من المرح والخقة. هذا أسهل بكثير من أجل مواجهة المشاحنات الصغيرة. جرّبي جلسة من التلاعب بتقاسيم وجهك أمام المرآة: هذا مفيد للحالة المعنوية وكذلك ضدّ التجاعيد. اسحبي لسائك بكل الانجاهات، واصرخي قاتلة: وازاااااااا، قلدي حركة حرن شديد على طريقة مسئل القليد عركة حرن قديد على طريقة مسئل القليد عارسو. قومي بتلاوة الأحرف الصوتية بطريقة مبالغة فيها وكاريكاتورية، أمريق ماستعي! إلى اللقاء، كلود.

ابتسمت. كان تمرينه يغربهي، ولكن في الوقت نفسه بدا لي ذلك غريبا بعض الشيء أن أقوم بالتهريج في الحمام. في البداية، لم أقم بالتمرين صراحة، ومن ثم، بمرور الوقت، نجحت في الاستسلام للتمرين إلى حد أنبي بت أبتهج لممارسته. كان ابني يراقبني من خلال فتحة الباب مذهولا.

- ولكن ماذا تفعلين يا ماما؟

أجبته بثقة بالنفس:

- أمارس جمباز الوجنتين.

أدهشه الجواب للوهلة الأولى، ولكن لدى الأطفال قدرة مذهلة على النجاوب السريع جدًا حتى مع الألعكار العجبية. أجابني بطريقة جدية مثل ناقد لدى موقع 50 millions de consommateurs

- يبدو هذا ممتعا. هل يمكنني أن أحاول أنا أيضاً؟

دعوته للانضمام إلى في الحمام وأمام العرآة وشكلنا معا ثنائيا من الممثلين المتلاعبين بملامح الوجه من طراز رفيع. أبدي أدريان إبداعا رائما في التمرين ومنحته من دون تردد سعفة الشرف عن دوره كمهرج. مذهولا وفرحا بهذا اللقب الشرفي، بات في مراج مرح طيلة فترة تناولنا للفطور الذي تناولناه لمرة واحدة معا ونحن ندردش، الأمر الذي لم

يحدث معنا منذ زمن طويل.

نعم، كان كلود على حق. كان من المفيد على نحوٍ غريب أن يبدأ العرء نهاره بقليل من الضحك والمرح!

في يوم آخر، دعاني إلى لعبة آلة التصوير الخيالية: وهي عبارة عن تمرين كان قد ابتدعه لكي يساعدني على تغيير نظرتي لوقعي، من خلال تغيير مصفاتي للإدراك الحسر.

 - حيدما تخرجين، عوض أن تركزي على الأمور الموعجة أو الأشياء القبيحة أو المتناقضة، حاولي أن تركزي انتباهك على الأشياء الجسيلة والمستعة. يقع على عانقك أن تلقطي صورا متخيلة مستعة في الشارع وفي وسائل النقل والمواصلات في كل مكان تتجولين فيه.

بهذه الطريقة، كان على أن أمرن نفسي على أن أكون مطلعة على علم الجمال. بدت التجربة مفاجئة! بدلا من أن أجول بناظري على المتسولين والسارة الغاضيين والأطفال الباكين، فوجئت بنفسي أزقب لون السماء والعصفور الجميل المنهمك في بناء عشه وروجين عاشقين يتعانقان وأما تحتضن بحنان ابنها ورجلا هب لمساعدة سيدة لكي يعينها في حمل حقيبتها على السلالم وأصغي إلى صوت الحفيف العذب لأوراق الأشجار...

أسعدتني وسحرتني هذه الطريقة الجديدة للنظر إلى الأمور والأشياء. كنت أثري في كل يوم إضافي مجموعتي من الصور الإيجابية وأعد ألبوما من الصور التخيلية التي راحت تتبح لي أن أكون صورة مختلفة عن العالم...

10

على مر الأسابيع، حينما لاحظت أن أعراض داء الروتين الحاد على تنحسر ببطء ولكن على نحوٍ مؤكد، بدأت أؤمن حقاً بالسهج. أكثر ما كان يغريني كانت مقاربته لثنائية الأعماق/الشكل. فكرة العمل على عمق المشكلة من أنا وماذا أربد حقاً - بقدر العمل على الشكل - صورة الذات والعلاقة مع العالم ومع الأخرين.

ألم الاحظى بأن الفروة التي يصنعها المره بعضه عن العالم جديلة بقدر ما تكون الصورة عن القات سليمة؟ حول هذه القطة الأخيرة، للأسف، لا يزال هناك الكثير مما السورة عن القات سليمة؟ حول هذه القطة الأخيرة، للأسف، ولي القيام به... بسبب سوه اهتمامي بالمظهم، وهي مسألة الاعتداد بالنفس، كنت أمارس الإسفاف. كل يعرف الدغقة، كنت أبحث عن ذاتي أفضى نفسي من كل الووايا، في الأمام وفي الوراء وعلى الجوانب وكنت أدين تلك الدهور الوالدة باستقاري الأبدى... حينما كنات الأمور لا تزال لا بأس بها. ولكن حينما جلست، استبد بي شعور بالذنب. حينما كادت الخرزات الصغيرة أن تفلت تحت ضغط جسمي عليها...

آنذاك، كنت أحاول أحياناً أن أخدع نفسي وأقول في نفسي بأن النياب قد انكسشت على بعضها بسبب الغسيل أو أن قياسها صغير على... لكن الدليل كان حاضر: كان النطاق يشتد من حول خصري... ثم ألقيت تلك الطائرة الورقية الصغيرة من على منطاد

يرتفع عن الأرض بعلو خمسين مترا…

أقسمت اليمين المعظم بأنني لن أحتفظ بهذه الكيلوغرامات الزائدة في وزني... وهذا يفرض التزاما على، افهموا ذلك!

فحدد موعدا مع كلود لكي أضع الموضوع على بساط البحث.

كنت أنتظر منذ خمس عشرة دقيقة حينما انفتح الباب وظهر كلود بنظرةٍ متعجلةٍ.

- آه يا كاميل، اتبعيني... هل أنت بخير؟ ادخلي، أنا آسف، سوف لن يكون لدي الكثير من الوقت لكي أكرسه لي اليوم. لقد ثبت لك موعداً بين موعدين.

- هذا لطف كبير منك يا كلود. أنا أحتاج فقط إلى نصائحك لكي أحقق هدفي في التخلص من الوزن الوائد...

كان يصغي إلى ساهياً وهو يواصل في الوقت ذاته على نحو محموم ترتيب الملفات المتزاكمة على مكتبه. نهض لكي يرتبها في خزانة وانسلت ورقة من بين إحداها. نهضت من مكابي لكي ألقط الورقة المتساقطة. يا للغرابة..... كانت عبارة عن مخطط بناء مع الكثير من الرسومات والشروحات... ناولته الورقة. أخذها من يدي بجفاء وهو يفمغم بكلمات شكر. بنا مختلفا عما كان عليه عادة...

- هل أنت بخير، يا كلود؟ يبدو أنك مشغول، اليوم؟ يمكنني أن أمر في يومٍ آخر، إن كنت تفضل ذلك؟

طمأنني بود ولطف، قائلا:

- كلا، كلا، كل شيء على ما يرام، يا كاميل. لدي العديد من الملفات التي يجب أن أدرسها وأتابعها وأنا مرهقٌ بعش الشيء، هذا كل ما في الأمر.

كدس الأضابير في خوانة قدر استطاعته، وقد أدهشني عددها الضخم. هل من الممكن أن يكون لديه هذا العدد الكبير من الوبائن؟ هل هذا يعني أن للروتينولوجيا الكثير من الأتباع؟

عاد وجلس وداعب بعفوية لحيته الخفيفة بشعرها الأبيض والأسود، مثلما تمرر امرأة يدها في شعرها: لكي يعيد تصفيفها. - حسنا... إذا، تسير الأمور على ما يرام، أنت جاهرة لكي تباشري برنامجاً قصيراً
 للتنحيف؟ معتاز. إن مفتاح الوصول إلى هدفك في هذا الأمر هو أن تحسني وضع البرنامج في إطاره الصحيح قبل البدء بتطبيقه.

هل تعرفين منهج SMART؟

- كلا، أنا...

- عليك أن تتأكدي من أن هدفك (S-Specifique) أي أنه محدد يجب ألا يقي فضفاضا، وأنه (M-Mesurable) أي أنه قابل للقياس (هنا، سيكون مؤشرك للنجاح، على سبيل السئال، أربعة كيلوغرامات وأنه (A-Atteignable) أي يمكن بلوغه (أي أن يتم تحديده بطريقة بحيث يمكن له أن يتحقق، مقسما إلى سلسلة من الأهداف القابلة لللوغ، يجب ألا يكون بسابة «النجمة التي لا يمكن بلوغها» وأنه (R-Realiste) أي أنه وقعي (للحفاظ على حافز قوي، يجب أن يكون هدفك متاسقا مع شخصيتك وكفاياتك) و (T-Temps) يدل على عامل الوقت (عليك أن تحددي مدة محددة).

بينما كان يشرح لي السنهج، كنت أتخيل أمامي تمثالا لكاميل الكلودية وفي يدي إرميل خيالي لكي أقوم بنحه وتشذيه ومنحه شكلاً محدداً... طردت تلك الصورة من ذهنى لكى أركز تفكيري على ما هو واقعى وحقيقى.

- هل يبدو كل هذا واضحاً لك، يا كاميل؟

- نعم، نعم، تماما...

- سوف أتركك لبضع دقائقٍ إذا، لكي تكتبي هدفك المتطابق مع منهج SMART. سأعود اليك بعد قليل...

بينما كان يفادر الغرفة مبتسماً، نهضتُ من مكاني لكي أمسك بورقة وقلم على طاولة المكتب نفسها الذي تمت فيها مقابلتي الأولى. عثرتُ بسهولة على ورقة ولكن الأقلام كانت قد رفعت من على الطاولة، ففتحت على نحدٍ تلقائي الدرج وعثرت على إطار فيه صورة. تعرفت على سترال بارك في نيويورك. كان رجلان يقفان أمام آلة التصوير في وقفة أخوية. كان التناقض بين الرجلين مدهشة: أحدهما يوحي بالثقة والقوة والنجاح، أما الآخر، وعلى الرغم من علو قامته، فقد بدا هشًا إلى حد ما. كان رجلا ضخمًا بقدمين من طين. كان ظل يخيم على عييه المتشحين بالحزن. بدا لي أن له بعض الملامح الشبيهة بملامح كلود ولكن كان يزيده وزنة بما يقارب عشرين كيلوغرامًا! أيكون أحد أخوته؟

سمعت صوت وقع أقدام في الممر وأغلقت الدرج على عجل.

هل تسير أمورك كما يرام، يا كاميل؟

آه، نعم، ينقصني قلم فقط...
 قال وهو يناولني قلماً:

- حسن، يجب أن أقدم لك قلماً!

قلت متلعثمة ومتضايقة من فضولي غير المحتشم:

- شكرا.

وأنا أفكر في هدفي المتطابق مع منهج SMART، تساءلت في نفسي من عساه يكون الرجل الذي شاهدته في الصورة. قد أطرح السؤال على كلود إذا ما سنحت الفرصة...

بعد مرور ما يقارب نصف ساعة، غادرت وأنا أضم هدفي تحت ذراعي وأربعة كيلوغوامات من الوزن الزائد الذي ينبغي التخلص منها تحت حزامي.

في تلك المرحلة، وقد تعاظم الحافز في داخلي، كنت أفكر، إذا ما جاز لي القول، بأن السبب قد تكون الحلوى. كان ذلك من دون الأخذ في الحسبان الحرب الباردة للمطابخ...

11

في الأيام التالية، تسلحت بالشجاعة لكي أضع قراراتي الحازمة قيد التنفيذ. كان كلود قد حذرني, قائلا:

- إن الاكتفاء بعبارة النظام الغذائي يجعلك تسمنين. ولذلك عليك أن تتعلمي أن تتذوقي الطعام بطريقة أخرى.

كان هناك الكثير من الطبيات! كما لو أننا قد نجحنا فيما مضي في التلذذ ببروكولي الشتاء المطبوخ على البخار المضغوط أو السمك المسلوق!

- فكري بالتوابل، يا كاميل.

ولم لا، في الوقع؟ ماذا لدي لأخسره؟ ها أنا ذا إذا أقوم بفارة على المتجر الوقع في الزاوية وأجلب إلى المطلبح عددا كبيرة من مظاريف التوابل من مازكة دوكروس المعروفة جيدا لتبيل الأطباق وكذلك أملا في شحد المعنويات... ثوم وكزيرة وتُركُم وللفل حلو و كاري و ماسالا وفلفل رمادي وفلفل أسود وفلفل أبيش، لا أهمية اللون طالما كان هناك نشوة الذوق!

العدو هو ما ليس له نكهة. في خضم الحرب الباردة بين أطباقي الساخنة، تزودت بأسلحة خفية لكي أتفذي على نحو أفضل. خديعة ورق الزبدة والمساهمة الاستراتيجية لضلصة الزبادي الخالية من الدسم. والمشاركة البطولية للحوم البيضاء في أطباقي الرئيسة... كان كل شيء مرهزاً بالمقاومة بالضيط. لأن الأعداء كانوا يكمنون في ظل أدراج وروفف المطبخ. كانت علية البسكويت من ماركة بيبيتوس تترقب أن تحين لحظة مجدها. وكانت المعجنات البريتانية تنظرني بدورها وهي تدوس بنفاد صبر على قوالمها الضغيرة الهشة...

تسألون عن شركاتها والمتواطئين معها؟ ابني: ابني أنا! على الرغم من ذلك، لم يكن بوسعي أن أضحي بشراهة ابني على مذبح قراراتي الحارمة! بالنسبة له، كان على إذا أن أمتمر في التود بمنتوجات ممنوعة كان يطلذ بها ببراءة تحت أنظاري المعذبة، بينما كنت أقضم تفاحة خضراء لا تشويها شائية...

لو لم يكن ذلك شيئا من الرواقية!

لكن الفترة الومية الأسوأ لم تكن فترة تذوق الطعام. كلا. كانت الفترة الومية الأسوأ هي لحظة حلول الليل. حيناك، حينما كان نداء فاتح الشهية يصبح ضاغطا ولا يقاوم، كان خطر هجوم بقبابل من السعرات الحرارية يبلغ ذروته. كانت عواصف من الإغراءات تحاول أن ترمي أرضا خططي الحكيمة. وماذا أقول عن متلازمة الممكرونة التي على شكل قواقع؟ كان تأثيرها المفسد، الشبيه بمتلازمة ستوكهولم، يقودني إلى التعاطف مع العدو والي التفاوض مع ضميري: أوه، ملعقة صغيرة واحدة فقط لكي أنهى طبق ابني ... وضع ذلك، انتهت شجاعتي بأن تؤتي تمارها. في غضون بضعة أيام، بدأ أرى تحسنا واضحا وجليا، متشجعة بفعل هذه الانتصارات الأولى، تمسكت بما هو أجمل وأصبحت

للأسف، ما كادت أبواق النصر أن ترك حتى يقفز أمامي عدو كنت قللت من قيمته: الملل.

أرتل بصمت نشيد الجبهة على شرف الأقل دهونة والأقل سكرا والأقل ملحاً...

في المكتب، كنا قد قطعا مرحلة من الهدوء الشديد. تقاسم فريق العمل المهام التي ينبغي القبامُ بها وأعطي رئيسي في العمل المهام التي تحظي بأولوية أوملائي الذين يعملون بدوام كامل. كان دوام العمل يستغرق ثلاثمانة وستين دقيقة. وبما حتى خمشمالة دقيقة. وفي بعض المرات، ألف دقيقة. كنت أثرقب الاستراحة لمدة أربع ساعات مثلما كان ماجلان يترقب أرض الميعاد. باختصار، كنت أفسُد.

آنذاك، بكل تأكيد، كانت فكرة الاستسلام تعذبني أخلاقياً. فقط مرة واحدة، انسي النظام الغذائي... اليوم فقط... من سيعلم بذلك؟

اقتربت من الموزع الالي للمشروبات والأطعمة، وهو عبارة عن حانوت صغير لأهوال السعرات الحرارية. أين كان يكمن الضرر، في نهاية المطاف؟ كن سأدخل قطعمي القدية في مأخذ الموزع الالي، حينما ارتبع هاتفي المحمول. رسالة هاتفية قصيرة من كلود. هل هذا ممكن؟ هل كانت لديه حاشة سادِسة أم ماذا؟ لعتُه في داخلي.

كيف حالِك؟ هل أنت ثابتة على النظام الغذائي؟ أجبته برباطة جأش وأنا أكذب عليه.

طبعا. رائع. نهارُكَ سعيد. كاميل.

كنت أردد في نفسي وأنا أعود إلى الآلة لكي أدخل فيها تطحيي النقدية بأنه سوف لن يعرف أي شيء عن الأمر. لكن الأوان كان لل يعرف أي شيء عن الأمر. لكن الأوان كان قد فات. كنت أشعر بحضوره الغادر في كل مكان من حولي، كما لو أن عينيه كانتا مصوبتين على شخصي. الأح الأكبر يوقبك! كما هو في رواية جورج أورويل. كنت أعيش رواية 1984 خاصة بالنظام الغذائي.

ألقيت نظرة حريبة أخيرة على آلة التوزيع وعدت إلى مكاني بخطي بطيئة، ثم فنحت درج طاولتي حيث كانت تنتظري علية من اللوز. سمحت لنفسي بخمس حباتٍ منها، إضافة إلى تفاحة ملكية من نوع غالا. وليمة نمل.

وهنا، هبت انتفاضة مفاجنة من النسرد. بدأت نصائحه «الصحة ورغد العبش» تخرج من عيني! اجتزارً، مع سوء نية صارخ وفاضيح. «استخدمي السلالم بدل المصعد. اذهبي ومارسي رياضة المشي حينما يحين موعد الغداء. يمكن أيضاً تسبة عضالات ردفيك وأنت تبقين جالسة: يكفي أن تضغطي عليها ثم ترخينها ببطء وهدوء. هل تشعين بالملل وأنت تنظين المترواً قومي يمعض الحركات الخفيفة على رؤوس أصابح؟ ارفعي كعبك عن الأرض ثم أرخيهما! بالنسبة إلى عضلات البطن، لماذا لا تقومي بتقليصها وتشنيجها كلما تدخلين من باب، وذلك من خلال شد البطن إلى الداخل؟ لا من رأي ولا من عرف!».

نعم. أنا أعرف. كنت من دون أدني شك في طور من المقاوة. ولكن من لا تفيظه فكرة التخلي عن كل الإغراءات النهمة التي تقع تحت أنظارنا طبلة الوقت؟ وعلى أي حال، كانت لي مصلحة في أن أتمالك نفسي، إن لم أكن أريد أن يصلكني شعور مرعج بالإخفاق في لحظة ملء دفتر الواماتي: وهي أيضاً فكرة من كلود لكي أفروط أكثر في قراراتي وأتجنب الوقوع في فع النودد! على كل خط من خطوط الالوامات، كان على أن أؤشر على خانة «شُكَلْ» أو خانة «لم يُتَقَلْ». ولم تكن لدى أي رعبة في أن أجد نفسى بعد بضعة أيام أمامه وفي سجلي سلسلة من خانات «لم يتقَلْ».

كنت قد وصلت إلى هنا بأفكاري حينما قاطعني زميلي العزيز فرانك (في الواقع، هو عدوي اللدود في المكتب)، قائلا:

هل أنتِ بخير يا كاميل؟ تبدين مشغولة الفكر.

- أوه، نعم، نعم، كل شيء على ما يرام... أحاول أن أركز، هذا كل ما في الأمر...

آه.... وكأن ستبيضين بيضة.
 أف أف أف. مضحك جدا.

مهما يكن، ما كنت لأخبره بأنني أمرن عضلات خلفيتي! أصلا لم يكن يفوت فرصة لكي يغيظني.

- بخصوص البيضة، الأولى بك أن تنظر إلى ما هو موجود على جمجمتك.

خذ! نقطة واحدة لكل منا. من خلال الاحمرار الذي غزا وجنتيه، رأيت بأنني قد أصبت الهدف. لم أكن فخورة جداً بهذا الكلام الجارح، ولكنه هو من بدأ! لم يكن يفوت أي فرصة لكي يغيظني وكنت أخشى دائما بعض الشيء من ضرباته تحت الحزام. ربما سيكون على أن أتحدث عن هذا الأمر مع كلود.

وكما لو كنا على اتصال بالتخاطر، تلقيت فجأة في تلك اللحظة طلبا للدردشة عبر الإنترنت على حاسوبي. - إذا، يا كاميل، كيف يسير برنامجك «سأنحف في وقت ما»؟

- لا بأس... أحيانا يكون من الصعب مقاومة الإغراءات...

- ولكنك فعلت ذلك؟

- نعم.

حسن! يجب ألا تنسي أن تدوني ذلك في مفكرتك الإيجابية.
 هل حدثت عن ذلك من قبل؟

- كلا، ليس بعد...

آدا هذا هام جداً... اشتر مفكرة هاتفية صغيرة ودوني فيها،
 بحسب الترتيب الأبجدي، نجاحاتك الصغيرة والكبيرة وأفراحك
 الصغيرة والكبيرة، بهذه الطريقة، سيكون لديك خلال بعض الوقت
 مجموعة من العراسي الإيجابية! سوف ترين، هذا أمر ممتاز لتقدير
 واحترام الذات والرضا الشخصي.

أجبت في الحال:

هذا مثير للاهتمام! حسنا يا كلود، سوف أفكر في ذلك.

كنت أرى المؤشر الشبيه بشكل القلم يتحرك، وهي إشارة على أنه كان يكتب لي إجابة طويلة. وقد أشعرتني رنّة قصيرة بوصول الإجابة.

> - أنا أعتمد عليك لكي لا نقتصر على الكلام فقط. أي قرار نتخذه ليس تافها. الكثير من الناس يعرفون الممارسات الصحيحة والمناسبة لكي يعيشوا حياة أكثر سعادة، ولكنهم لم ينتقلوا حقيقة إلى الفعل والممارسة... ليس من السهل دائما أن يفي العرء بالتراماته. الكسل والنعب والإحباط والخمول كلها أعداء تتربص بالمرءا: ولكن قاومي: تستحق اللعبة العناء.

> > كنت أبقى ذلك الكلام في بالي...

12

فيما بعد، في ذلك اليوم، لدى خروجي من مقر عملي، مررت أمام مكتبة وتذكرت قصة الفهرس الذي ينبغي أن أدون فيه نجاحاتي. كانت فكرة مفكرة الإيجابيات تلك قد أعجبتني. لماذا لا أحاول القيام بذلك؟ في أمواً الحالات، سوف يشغلني هذا الأمر عن التلفاز... دخلت إلى المكتبة واخترت مفكرة بحجم صغير يسهل دسها في أحد جيوبي أو في حقيبة يدي لكي تكون في متاولي على الدوام. كان نهاري مضنياً وكنت متعبة ومرهقة فاستعجلتُ العودة إلى البيب لكي أرتاح أخيراً.

ما حدث أن أعبر عتبة باب يبتي حتى شعرت بعب، تقيل على كاهلي. كان أدريان سين العراج وبالكاد رد تعيني. والفتاة التي وظفتها لكي ترافق أدريان في أثناء خروجه من المدرسة ولتساعده في القيام بواجباته المدرسية هي الأخرى لم تكن في أحسن حالاتها. حينما وأيت الدفاتر المتناترة على الطاولة كما لو كانت في ساحة معركة، خست أسباب هذا البرود والجغاء. لم تتأخر شارلوت في الشكوى من قلة إنتباه ابني وانعدام الحافز لديه. فهو يتململ باستمرار وينهض بسبب ومن دون سبب ويريد أن يأكل ويشرب ويتمخط ويذهب إلى الحمام ويختلق سلسلة لاعتناهية من الأعذار والذرائع لكي يؤخر لحظة الشروع الفعلي بالدروس. كانت في أثناء حديثها ترمش غضبا وتبرطم المسئواز، شكرتها على ذلك الإيجاز التوضيحي وأنا أتعيد إعياء من إمكانية إعادة ضبط المسئواز، شكرتها على ذلك الإيجاز التوضيحي وأنا أتعيد إعياء من إمكانية إعادة ضبط

السلوك التي ينبغي القيام بها.

بعد ذلك بربع ساعة، كان مؤشر العبر عندي قد فقد عشر نقاط من قيمت. كان أدريان، السنغلق على منطقة الستمرد، يلقي بالعب على عاتق شارلوت: فهي تسيء معاملته وعلارة على ذلك، لم يكن يحبها كثيرة... وحينما رأي بأن حججه لا تقدم، عدل استراتجيته وجرب استراتيجية الإحباط: كان كل ذلك بسبب معلمه في المدرسة! والذي يعطى الكثر من الواجات المدرسة!

ربما كان على أن أرى بأن الكيل قد طفح بالطفل، ولكن كان الكيل قد طفح بي أيضاً في تلك اللحظة، ولم أحسن القيام بأي شيء سوى معاقبته بحرمانه من استراحته على الآياد. هرع إلى غرفته مصفقا الباب من خلفه تعبيراً عن إحياطه. فكان على أن أنشر كنوزاً من التخيل والدبلوماسية لكي أهدى اللعبة وأجعله يعود إلى إنجاز واجباته المدسنة.

حينما عاد سيباستيان إلى البيت، كنت مشغولة بإعداد العشاء بيد وأمسك بيدي الأخرى دفترا مفتوحا وأقرأ على مسامع أدريان الدرس الصعب على الحفظ. قبلني سيباستيان بأطراف شفتيه وسألني، دون أن ينظر الي، إن كان نهاري قد مضي على ما يرام. أعتقد لو أننى أجبعه: كلا، كان سيئا جدا، شكرا، لما انتبه إلى ذلك...

شعرت آنذاك بتلك اللحظة المرعجة للغاية في حياتنا العائلية، ولكنني حاولت أن أتجاهل ذلك. كان أدريان يلاقي صعوبة في حفظ الدرس عن ظهر قلب - كان يفهم الدرس بسرعة، ولكنه كان يعمل بطريقة بديهية عوضا عن الطريقة المنهجية -، وعند كل جملة يلفظها أدريان على نحو خاطئ، كنت أنقد هدوئي أكثر. كانت حالته تجرح رغبتي الجامحة في الكمال الذي قاسيت العذاب في سبيل الرصول إليه.

خرج سيباستيان من الغرفة وكانت ياقته مفتوحة وقميصه خارج بمقدار النصف من تحت بنطلونه، ثم توجه نحو الحمام.

ما أن دخل إلى حجرة الحمام، حتى صرخ:

- ولكنني أحلم! ما هذا، ما هذه الفوضى؟ من بعثر كل هذه الأشياء بهذه الطريقة؟

قال أدريان في الحال: - لست أنا!

وهذه جملة لا إرادية للدفاع عن النفس شائعة جدًّا عند الأطفال.

وهده جمله لا إراديه للدفاع عن انتفس شابعه جدا عند الأطفال. وجدت نفسي مضطرة للتدخل.

- دعك منها... لا بد أنني أنا من فعل ذلك، يا سيباستيان. أنا آسفة، ولكن بالفعل له يك. لدى وقت، هذا الصياح...

سمعتُ صوت تذمره وهو يبتعد إلى عمق الشقة.

جميل! عاد إلى الصالون وفي يده حاسوبه المحمول واستشاط غضبا من جديد.

- وهذا الفتات المتناثر على الاريكة؟ يا أدريان! كم مرة أخبرتك بألا تتناول الطعام هنا! هذا ليس صحيحا، ليس صحيحا!

تركت من يدي الطنجرة والدفتر وانضممت إليه مرهقة من تصرفاته المحترزة والجافة هذه التي بدأت تصبح عادة لديه، ولكنني مع ذلك كنت عازمة على تهدئة اللعب.

لت:

- لا تبالي، أنا سوف أصلح ذلك.

أجاب بجفاء:

- حسنا. أنا سوف أصلح ذلك.

كان غضبه يتصاعد...

أزاح الفتات جانبا وهو يوفر بتنهيدات عميقة صاخبة، ثم استقر على الاربكة، أمام شاشة حاسوبه.

كان قد نزع جوريه، ولسبب ما، أغضبتني أكثر رؤية أصابع قدميه العاريين وهو يفركها بمعشها أمامي على الطارلة الخفيشة في الصالون. إلا إذا كان ذلك بسبب لا مبالاته التامة حيال المعركة المتزلية التي سيكون على أن أخوشها بنفسي، قبل أن أحظى بفرصة لكي أرتاح قليلا. كنت في غالب الأوقات أدع الأمور تسير، ولكن في تلك الليلة، كان الأمر أقوى منى. كان على أن أقول شيئا ما.

- لا بأس، ألم أزعجك كثيرا؟

سأل، غاضبا: - ماذا حدث أيضاً؟

- لا أدري، أنا... ربما سأحتاج إلى مساعدة صغيرة، على سبيل المثال؟

- هذا عتاب، ماذا...

- أنت تعلم أن هذا يزعجني حقا! أنا لم أعاتبك، وإنما طالبتك بقليل من الانتباه!

- وتصرخين في وجهي، الآن؟ شكرا. إنه لأمر ممتع حينما نعود إلى البيت بعد نهار من العمل! هل أعرتني انتباها منذ أن عدت إلى البيت؟

- إذا، هذا هو الأفضل! هل تلومني على الاهتمام بابنك؟

- آه، ها أنك ترين قد وصلنا إلى إلقاء اللوم!

أحس أدريان بأن الجو يفسد وتوارى في غرفته، سعيدا بالتخلص من حفظ الدروس.

- حسنا إذا، هيا بنا! لقد ضقت ذرعا بالقيام بكل شيء لوحدي!

- آه نعم، إني أرى. الأزمة الصغيرة الاعتيادية...

- ماذا، الأزمة الصغيرة الاعتيادية؟ أنت تعود إلى البيت، هادئا، وتتفرغ لانشغالاتك واهتماماتك وتتسلى مع أصدقائك الافتراضيين الأعزاء...

 - ربما تعتقدين بأنني أتسلى، اليوم؟ لقد عملت اليوم مثل مجنون وعقدت ثلاثة اجتماعات، وأيضاً...

- ولأننى، بالطبع، أنا لم أعمل؟

أجاب بنبرة مشوبة بشيء من الاستخفاف:

- نعم، طبعاً، أنتِ تعملين...

- ما هذه النبرة؟ العمل لمدة أربعة أخماس الدوام ليس عملا؟

- لست أنا من قال ذلك!

صرختُ فاقدة الصبر:

- ولكن الأمر سيان! لقد ضقت ذرعا، تدبر أمرك من دوني، أنا تنحيت جانبا! - هذا هو، ارحلي! ليس لنا سوى أن ننفصل أيضاً، لما نحن عليه الآن! يبدو أنك

لا تطلبين سوى هذا الأمر؟ وقعت كلماته على كمشرب محلق في الهواء. انهمرت دموعي والتمطت معطفي وغادرت الشقة مصفقة الباب من خلفي.

13

ما أن أصبحت في الشارع، وفعثُ أنظاري إلى نوافذ بيتنا ورأيت ابني، بوجه حزين، يشكل صورة قلب بأصابعه ويوجهه نحري، كما لو أنه شعر بأنه هو المسؤول عن شجارنا نحن الكبار. حركته الصغيرة تلك جعلتني أكثر من سعيدة ووجهت له بدوري ابتسامة مليثة بالحنان قبل أن أبتعد عن المكان إلى حين أن يخفت ألمي الداخلي ويهداً.

كنت أتممى ألا أصادف أحدا في طريقي. له تكن لدي أي رغية في أن يرابي أحد وأنا في تلك الحالة من الهيجان والعصبية. كنت أعتقد بأنه من الجنون أن يستطيع المرء أن يقلق حول صورته الاجتماعية في لحظة كهذه التي أعيشها! تجنبت أن تلتقي نظرتي بنظرات المارة؛ فقد كنت أشعر بأنني مرتبكة ومشطرة ولم أشأ أن يقرأ الناس الاضطراب والارتباك على وجهي. لم أشأ أن يكون هناك شاهد على انكساري...

> مشيت إلى أن وصلت إلى حديقة عامة صغيرة، واتصل هاتفيا بكلود. سألت وأنا أنشُة .:

> > - كلود؟ أنا كاميل... هل أزعجك باتصالى؟

كان من العبث بأن أخبره بأنني لست على ما يرام، فقد خمن ذلك على الفور. - هذا بسبب سيباستيان، لقد تشاجرنا... كنت غاضبة ومستاءة... كما لو كنا

على طرفي نقيض...

بينما كنت أروي له ما جري، أحسستُ براحة كبيرة لكونه كان يصغي إلى بكل اهتمام. يا لها من سعادة أن يكون لدى المرء شخص يصغي إليه بهذا الاهتمام في محته!

> - في هذه اللحظة من غير الممكن تماما أن أنال ما أحتاج إليه. ألما المتعدد الم

سأل بالطريقة نفسها:

- وما الذي تحتاجين إليه؟ .

- لا أدري... الحاجة إلى أن يهتم بي، أن يكون لطيفا وحنوا... ولكن بدل هذا، أشعر بأن رجلا اليا يعود إلى البيت! باستثناء انكبابه على حاسوبه الفريد من نوعه في العالم، لا يفعل أي شيء... لقد وصل بي الأمر إلى حد أنني أصبحت أغار من أصدقائه الافتراضيين! في هذه الأثناء، يمكن لما تقى بينا أن يبهار. أما أنا، أنا، فأنا مهيأة، أنشط وأتحرك في كل اتجاه، أتابع أمور أدريان وواجباته المدرسية وأعد العشاء... هذا ليس عدلا!

- أنا أسمعكِ يا كاميل...

- علاوة على ذلك، يقول على الدوام بأنني لا أصغي إليه.

ولكن هذا ليس صحيحاً! هو من لا يصغي الي! لا أستطيع أن أتحمل ذلك، إنه يسحب كل شيء نحوه...

كنت أمشي غي طول الحديقة المقفرة وعرضها، وأعصابي لا تزال مشدودة ومتورة.

- آدا إنها لعبة «هو/هي» الذي/التي...» هذا أمر سيئ للغاية! لهذا السبب لا تستطيعان أن تضاهمان مع بعضكما: هذا حوار طرشان! إن الإصغاء بمواج سيئ ليس إصغاء... إن الإصغاء الحقيقي، هو أن يضع المرء نفسه في موضع ما يعبشه الآخر، وأن يكون متعاطفا معه. لا تتصوين إلى أي درجة هذه حالة نادرة، أي أن يجيد شخص ما الإصغاء حقا! أنا دائما أقول أن من يجيد الإصغاء هو ملك العالم. في المشاجرات والمستاحدات، من الأفضل عدم اعتبار كل شيء وكأنه أمر مفروغ منه وحاسمه يا كاميل، وإنما تعلمي وإنما تعلمي والصدادة... ربما تعلمي والصدادة... ربما العلمي والصدادة... ربما

يكمن وراه المعاتبة خوف، وقد يكمن خلف العدوائية حزن أو جرح لم يندمل بعد... بينما كنت أصغي إليه، ضممت طرفي معطفي، بعد أن تملكني إحساس بالبرد لا بد أنه تفاقم واشتد تحت تأثير الانفعال...

- من الصعب جدًا أن يجيد المرء هذا الإصغاء الإيجابي الذي تصفه! لو أنك تري رأسه حينما ينظر الي، في تلك اللحظات! يتملكني شعور فظيع بأنه لا يحبني! - اممم... هذا هنير للاهتمام... وإذا استبدلني «هو» ب««أنا»؟

سمم... سنه سير مرسمهم... ورد اسباسي اسوا باس

- نعم، لقد سمعت جيداً.

العم، هد سمعب جيد.

- أنا... أنا لا أحب نفسي، هذا ما تقصده؟

- نعم، هذا ما أقصده با كاميل. لديك ميل إلى تفسير تصرفات شريكك من خلال المصفاة المشوهة لأمكارك السلبية. في هذه اللحظة، أنت لا تحيين نفسك كثيرا، لأنك وضعت في ذهنك بأنك أقل جمالاً بسبب بضعة كيلوغرامات من الوزن الزائد الذي تشعين به وبسبب أرلي التجاعيد التي بدأت تظهر عليك... بطريقة لاشعورية ومن دون وعي، تلقين على زوجك خوفك من ألا يعود محبا لك. وبتصرفك هذا، سوف يؤدي كل شيء إلى أن يحصل هذا الأمر فعلا! سوف تحكمين بصدق السيناريو الأمود

كانت كلماته تشق طريقها في ذهبي، لكن الراحة التي أشاعتها في داخلي مثل جرعة ماء معش اختلت بسبب رجلين دخلا في تلك اللحظة إلى الحديقة. كانا يخفيان رأسيهما تحت قلنسوتين وتابع تقلهما بارتباب شديد. وسط الاهتياج العصبي الذي استبد بي، وتعطشي إلى الاستماع إلى نصائح كلود، لم يخطر في بالي بأنه وبما يكون من التهور أن أتأخر إلى حين هبوط الليل في هذه الحديقة الخالية من الناس. توجهت إلى مخرج الحديقة بخطبي سريعة ولكن من دون أن أعطي انطباعا بالهروب حتى لا ألفت الانتباه الي، ولكن يذا هبطت فجأة على كتفي. صرخت واستدرت في الحال لكي أخلص نفسي. مال أحد الرجلين نحوي. كان شابا تفوح مه راتحة العشب. قال لي وهو يناولني الوشاح الذي عادة ما أعقده بحلقة حقيبة يدي: - لقد فقدت شنا.

اختطفت الوشاح من بين يديه بارتباك وقلت متلعثمة:

- آه... شکرا.

ثم ابتعدت عن المكان دون أن ألتفت إلى الوراء. على الطرف الآخر من الخط، كان كلود يسأل بقلق:

- آلو، كاميل؟ آلو؟ هل ما زلت على الخط؟

عدت مسرعة إلى شوارع حينا المنارة بالمصابيح الطوقية. انتظرتُ أن تهدأ نبضات قلمي لكي أكمل محادثتي مع كلود.

· أنا متأسفة يا كلود، حصل طارئ بسيط. ماذا كنت تقول لي؟

لكي يوضع الية مشاجرتنا، ذكر كلود مبدأ السئلت المأساوي. شرح لي كيف أن، في هذا السيناريو السلمي، يمكن لكل واحد أن يلعب بالتناوب دور الضحية أو المضطهد أو المنقذ.

- وبالتالي تدركين بأن في هكذا تصور، لا يمكن أن يكون هناك مخرج مناسب، إلا بالخروج من اللعبة! في حكايتك، ها هو الفيلم: هو في دور المشطهد حيدما يحتج في كل مناسبة؛ وأنت في دور المنقذ حيدما تقرحين أن ترفعي الفتات من أجله، ثم تكونين في دور الضحية حيدما تشتكين من انعدام المساعدة، ثم دور المشطهدة حيدما يتحول الحوار إلى عتاب؛ وهو بدوره يصبح في دور الضحية حيدما يشتكي من نهاره المجهد... إلح. كل يدور بين الأدوار دون أن يجد مخرج آخر سوى التصعيد الذي لا مفر مه في الشجار! والحال أن هناك وسائل ممتازة للخروج من هذا المثلث...

- أخبرني بسرعة!

- قبل كل شيء، أن تكوني على بينة من السيناريو لإيقاف اللعبة وانتظار لحظة هادئة ومناسبة لاستثناف الحوار. بعد ذلك، أن تحددي جيدا حاجاتك لكي تصيغي مطالب مباشرة من شريكك، لكي يعرف يوضوح ودون غموض ما ترغبين به. إذا كانت عبارة عن رغبات مشروعة، ليس هناك سبب في أن لا يستجيب لها ويلبيها.

- هذا مثير للاهتمام...

كنت أشد مساعة الهاتف إلى أذني، محاولة أن أتجاهل أطراف أصابعي المتجمدة بردة. ثم نقل الهاتف أخيرة إلى يدي الأخرى لكي أدس الأولى في دفء أعماق جيبي. تابع كلود، قائلا:

- كما يبغي عليك أن تعلمي رسم حدودك وتوضيحها لمحيطك. إن طبيعة شخصيتك تقودك عالميا إلى البحث عن إحداث السعادة: وهذا شكل من أشكال الإفراط في التكيف المزمن مع رغبات الآخر على حساب رغباتك. تدفعك طبيعتك إلى أن تكوني مسايرة كثيرة، وهذا أمر جيد أن يهتم المرء بسعادة الأخزين. كما يجب أن لا علم عاتقك الإشفاق على الآخر، وتتشبعين بمشاعره السلية، وتتهين بدورك إلى سوء على عاتقك الإشفاق على الآخر، وتتشبعين بمشاعره السلية، وتتهين بدورك إلى سوء الحال! أما في حالة التعاطف معهم، من دون أن تسمحي لفسك بأن تصابي بعدوي مراجهم السليي. هذا النوع من الدرع الواقعي مفيد جدًا لكي لا يدع المرء نفسه ينزلق إلى هذه السلية. ثم إن بعد مضي فترة من الوقت، ولفرط ما تشعرين بأنك «كبش فذاء»، تستشيطين غضبا.

أومأت برأسي موافقة.

- لا تقلقي، يجب إجراء بعض التعديلات فقط. كفي عن أن تكوني لطيفة جدا؛ كوني بيساطة أكثر واقعية في مشاعرك. ومن ثم، وهذا في عاية الأهمية، تعلمي أن تترعي طوابعك تدريجيا، بدل أن تنفجري مثل قدر ضغط، كما فعلت اليوم.

- طوابع؟ ماذا تعني بهذا؟ سوف يكون على أن أكتب له رسائل؟

- كلا، كلا! لا أقصد هذا أبدا. نوع الطوامع، هذا تعبير بلاغي يعني أن نقول ما في قلبنا بالتدريج. يجب أن تخبري زوجك بما يضايقك ويغيظك بالتدريج، لا دفعة وحدة.

- أرى أن...

- إذا مررت له رسائل بلطف ومودة، لن يكون هناك سبب لكي لا يصغي إليها! ومن ثم، في المستقبل، حينما تشعرين بأن الكيل قد بدأ يطفح بك وصبرك قد بدأ ينفد ويشتد بين الغضب، الرمي نفسك باتفاق معه على تحديد رمز أحمر.

- رمز أحمر؟

- نعم. اتفقا أنصا الاتين على تحديد إشارة صغيرة تقومان بإعطائها لكي يحذر أحدكما الآخر بأن هناك خطر نشوب شجار! نحن نمارس، أنا وزرجتي، هذا القانون والأمور تسير على أحسن ما يرام! هذا يشبه إلى حد ما إشارة التحذير والتبيه في السيارة. تقوم الإشارة هنا بدور ضوء يعطي ومضات لكي يحذرنا بأننا نتقدم نحوٍ أرض ملفومة! وحيما يحذر كل واحد مكما الآخر بهذه الطريقة، سوف تتجنبان التصعيد في ملسلة من المواقف العادلية.

سمع رنة من هاتفي. كانت إشارة على ورود مكالمة ثانية. كان المتصل سيباستيان. بكل تأكيد. هل أرد عليه أم لا؟ ليس في الحال. أرسل له رسالة تلقائية:

لدي مكالمة أخرى.

- كاميل، هل ما زل معي على الخط؟ لقد سمعت صوت رنين.

- نعم، نعم، وردتني مكالمة ثانية، الأمر ليس مهما، سوف أتصل به فيما بعد...

- هل كان المتصل زوجك؟ - نعم، ولكنني أرجوك أن تتابع. يهمني حقّاً أن أتلقى نصائحك وإرشاداتك!

- حسنا يا كاميل. ولكن ليس لوقت طويل! يجب أنّ تعودي إلى بيتك الآن، وأنا لدي صحيفة تنتظرني أمام المدفأة!

لم أكن قد انتبه بأنني قد احتجزته لوقت طويل وأحسست بخجل شديد.

النقطة الأخيرة التي سأخبرك بها في عاية الأهمية، يا كاميل: تعلمي أن تصيغي
 التقاداتك من دون عنف. ولتحقيق هذا الأمر، لا تبدئي جمل بكلمات «أنت» القاتلة.
 أنا أسمي هذا مدفع الملامات الرشاش: من المستحيل أن يسلم الآخر من رمياته! لكي

تقولي ما على قوله، استخدمي بدل ذلك ح. ش. أ. ت.

- أنا لا أرى أي علاقة لهذه العبارة بالتشاجر!

- هذه عبارة عن الأحرف الأولى من كلمات: ح يذكرك بالحقائق التي أعاظتك. ش يعبر لك عن شعورك، أي ما تشعرين به. أو ت يقترحان عليك أرضية للتغاهم، حل يجعل الفريقين يشعران بالفوز. إذا استعدنا سياريو مشاجرتكما، يسكن للأمر أن يكون كالآمي: «عندما اعتبرت بأنني عملت أقل منك (الحقيقة)، عاليت من ذلك، لم أشعر بأنني قد نلت ما أستحق من تقدير (الشعور الذي ينتابك)، والحال أنني أحتاج حقًا إلى تشجيعك والي أن تكون فخورا بي، مثلك تماما بالا أدني شك. أعتقد بأنه كان علينا أن نمنج بعضنا في غالب الأحيان إشارات الاعتان لكي يشعر كل واحد منا بأنه ينال التقدير الذي يستحق لقاء كل ما يفعله في سبيل العائلة (مسار التحسين، البناء لكلا الطرفين). ما رأيك بهذا الكلام؟».

- آه، لا بأس به. ولكن هذا لا يجعل التصرف طبيعيا بالفعل.

أيهما أكثر أهمية: أن يكون الوضع طبيعيا أو تجنب تصعيد النزعة العدائية؟
 انتسمت.

- حسنا، يا كلود، لقد فهمت السبدأ. ولكن كيف سأتدارك الأمر، الآن؟ حينما تركته، كان غاضبا جدا. حتى أنه تحدث عن الطلاق!

- باه، لقد قال ذلك تحت تأثير الغنس... أنا واقى لو أنك تمدين نحوه يد المصالحة، سيكون سعيا جداً ليتلقفها، سوف ترين. القدم خطوة نحو الآخر، يدو عمل خلك. ولهذا السب هناك الكثير من حالات الطلاق. يا لها من خسارة! كم من قصص الحب السب هناك الكثير من حالات الطلاق. يا لها من خسارة! كم من قصص الحب تضيع في حين أن القليل من الجهد يمكنه أن يجعلها تنطلق من جديد وهي أكثر جمالاً! يجب أن نقول بأنه في مجتمعا، الذي يعيش نوعة استهلاكية فائقة، نفضل أن نرمي أي شيء بدل أن نقوم بإصلاحه. يقول مثل صيني: «السعادة الكبيرة تأتي من الساءا، والسعادة الصغيرة تأتي من بذل الجهد».

- آه، يا كلود! أنا حزينة جدا، أحيانا... أشعر بأن الرداء الرمادي قد حل محل الرداء الأسف ...

- هذه أيضاً فكرة مفهركة بكل أجزائها وهي من صنع دماغك. أنت تمثلين في فيلم رديء. يمكن في أي لحظة أن تقرري التغيير فيه، تذكري ذلك!

- كيف؟

- قبل كل شيء من خلال الاستمرار في القيام بما كنا قد بدأنا القيام به: أن تكوني على ما يرام، من خلال الاعتناء بنفسك، من خلال التركيز على مراياك ومؤهلاتك، من خلال إعادة اكتشاف احتياجاتك وقبسك العميقة، باختصار، من خلال الانطلاق من جديد من نفسك لكي تتألقي، لا يبغي عليك أن تلقي على عالتي شريكك مسؤولية سمادتك. ليس علمه أن يكون في حياتك موى حية كز على قال الحلوي.

تخیلت رأس سیباستیان مزروعة وسط قالب حلوی ضخم وهو یقطر کریمة طازجة. شهد مضحك.

- أنت تري بأنني توقعت منه الكثير؟

- ليس أنا من عليه أن يجيب عن هذا السؤال. أنا أقول بيساطة بأنه على المرء أن يجيد الحب بمرونة. مثلما هو الحال مع المطاط: يجيد الا يكون مشدودا جدًا لأن ذلك يكون خانقا، ولا أن يكون ممطوطا جدا، لأننا سنتهي في النهاية بخسارتنا للرابط بيننا. يجب أن نجد الشدة المناسبة. كما أنه من الضروري ألا نخلط الخيوط التي تربطا إلى الماضى.

- وما معنى هذا؟

هذا يعني أن تفهمي كيف تؤثر العلاقات التي عشتها في طفرلتك على حاضرك.
 أنا لا أرى كيف يمكن لشيء من الماضي أن يؤثر على حياتي الراهنة!

- ومع ذلك، لا تتصويين إلى أي درجة ذلك يؤثر! ألم تخبريني بأن والدك كان قد انفصل عن والدتك قبل أن يبلغ عمرك عامين؟

- نعم، هذا صحيح،

- من المسكن أن بعض الأوضاع في حياتك الراهنة تعيد فتح جراح الماضي هذه وتطلق رغما عنك حمولة شعورية غير متناسبة مع الحدث المثار. تطلق على هذا اسم ربائط. منذ قليل، بطريقة لاشعورية، أغضبت شريكك إلى حد أنه قال، حانقاً، بأن الأمر سوف ينتهي بينكما بالطلاق... لقد ثبت من دون أن تدري ذلك تصورا سلبيا سابقا، وهو رعب طفولتك: أن تهجري من قبل الرجل الذي تحبيه...

- إنه لأمر فظيع أن يرى الأمر بهذه الطريقة! حقًّا إنني لم أدرك ذلك...

بعد أن تجمدتُ تماما بفعل البرد، دخلت إلى حانة كانت لا توال مفتوحة الأبواب وطلبت كوبا من الشوكولاتة الساخنة من النادل الذي اقترب من طاولتي. كان الهاتف النقال قد سخن بين يدي. كان قد مضي نصف ساعة وأنا أتحدث إلى كلود ومع ذلك ظل يواصل تدريه بالحمية نفسها التي أظهرها في المرة الأولى. كان هو الآخر قد عانى مكرها من كل هذا؛ فلم يكن بوسعه أن يكون مختلفا. كان مندمجا جداً بما كان يرويه! وأنا بدوري لم أدع أي جزية من حديثه تفوتني.

- كان الوعي خطرة أولي ممتازة في سبيل قطع ربائط الماضي. بعد ذلك، من خلال الاستمرار في عملك الشخصي بفقة بنفسك وبتحول إيجابي سوف يمكنك أن تتخلصي نهائيا من شياطين الماضي هؤلاء. لم تعودي الفتاة الصغيرة المعدمة التي كتنها حينما غادر والدك. أنت الآن امرأة بالفة مسؤولة ومستقلة وقادرة على مواجهة المواقف والأوضاع. والحالة هذه، من المهم جداً أن تطمئني هذا الجزء منك والذي سبق له أن علمنى من الخوف ومن الألم فيما مضي ... وبهذه الطريقة، سوف تكونين متصالحة مع هذه القطعة مر، نفسك!

سألت وأنا أنفخ على كوبي من الشوكولاتة الساخنة:

- وما الذي على الواحدة أن تفعله لكي تطمئن الفتاة الصغيرة التي في داخلها؟

أن تنزوي في ركن، في هدوء، وأن تتحدث إليها مثلما تتحدث إلى أطفالها.
 يمكن أن تقولي لها بأنك تحييها وبأنك ستكونين دائما إلى جانبها وأنه يمكنها الاعتماد
 عليك... ولكن للشفاء النام من هذا الجرح الطفولي، سيكون عليك المرور بمرحلة

المغفرة. - لمدي؟

- أن تسامحي والدكِ.

.-

لا بد أن كلود قد شعر بأن هذا الأمر كان محرجا، لأنه واصل حديثه وهو يحاول أن بسئف الأم:

- سوف تفعلين ذلك في اللحظة المناسبة، حينما ستكونين جاهرة لذلك... في
 الوقت الراهن، ركزي اهتمامك على حياتك الروجية، كوني محرك العلاقة وأعيلي أكثر!
 - وكأننا نعود قليلا إلى المربع الأول الذي انطلقنا منه، ألا تري ذلك؟ لمباذا سيكون

على أنا أن أبذل الجهود دائمة؟ لماذا ليس هو؟

- لأن التغذية الإيجابية للعلاقة سوف تعكس عليك أضعافا مضاعفة! كان أرسطو
يقول: «الإحسان إلى الأخرين أنانية مستبيرة». ثم فكري بأنك، الآن، أنت من لديك
الوقت الكافي للتنمية البشرية ولتطوير الذات. وبالتالي، عليك أنت أن تبني له الطريق.
ثم اليس من الطبيعي أن تكوني الأكثر إقدام على اتخاذ المبادرات؟ بصورة غربية، سوف
تعرفين كيف تشعلين الشرارة لإعادة إيقاد النار... انفقا على أنه من الأفضل أن تكفأ
عن كونكما محبوسين في إطار الثنائية الكلاسيكية القائمة على «من فعل ماذا»، هذه
السابقة لتحديد أي من الروجين الأكثر أهلا للتقدير... يجب التخلص من

أجل، بكل تأكيد... لقد كان محقاً. لقد كان محقاً لمائة مرة.

- انطلقي من مبدأ أن الآخر يحاول أن يعطي أفضل ما يسكنه في العلاقة في اللحظة المحددة، وحافظي على ما هو إيجابي بدلا عن أن تركزي على ما يحيطك، لأن هذا لا يتوافق تماما مع رغباتك وتوقعاتك. يحصد المرء ما يزرعه... لقد صدق القول المأثور. ازرعي اللوم، سوف تحصدين الاستياء وخبية الأمل. ازرعي حيا وعرفانا، سوف تحصدين الحنان والامتنان. - اممم... هذا صحيح. أفهم ذلك. ولكن ما يجعلني أجن أيضاً، هو هذا الفتور، هذا الخمول في مشاعر الحب! أنا التي لا أزال أحلم بأحاسيس عظيمة وبإظهار مشاعر رومانسية!

- هنا أيضاً، يبغي سلوك طريق الوسط: لا أوهام غير قابلة للتحقق ولكن لا طسوحات في المحتبيض كذلك. أنت محقة في رغبتك في إيقاد الشعلة من جديد... ما دمتي لا تسعين إلى توقعات ورغبات غير متناسبة وصعبة السنال! عليك أن تحتري وتقبلي بالشخصية المعيقة لشريكك وألا تنتظري منه أشياء لا يمكنه أن يمنحك إياها. الحب مثل نبئة تنطلب الكثير من العناية وتسو جيدا حيدما نسقيها. قدري زوجك حق قدره في كل ما يفعله من أفعال حسنة وأظهري له الامتنان، بل والإعجاب. سوف ترينه حيدالك ينغير ويزدهر يوما بعد آخر. وعلى الأرجح سوف يصبح أكثر تقبلا لمتطلباتك

أطلق هاتفي رنة أخرى. - مرة أخرى، سيباستيان هو المتصل.

- حسنا، افتحى الخط يا كاميل، ماذا تنتظرين؟

- كلود؟

- نعم.

- شكرا.

تبادلنا سياستيان وأنا بضع كلمات، كانت كافية لنزع فقيل التوتر. ولكي نضفي لمسة من الفكاهة على تصالحنا، عدت إلى يبتي وأنا ألوح بمنديل جيب أبيض أمام فتحة الباب. وقد طبع السلام بقبلة حنونة ورقيقة في لقائنا.

استغل أدريان ذلك ليخرج من مخبئه وقفز إلى رقبتينا.

سأل وهو قلق بعض الشيء:

- لن تعودا للانفصال، إذا؟

نظرنا، سيباستيان وأنا، كل منا إلى الآخر، بحثا عن طمأنية. فلمحت في عيبه... نعم، كان فعلا كذلك... لمحت بريقا من الحب والتعلق أشاع في داخلي الطمأنية. قلت، وأنا أداعب شعره يقة وحتان:

- كلا، أبدأ!

احتج على حركتي وسارع إلى إعادة ترتيب خصلات شعره، قائلا: - هيه، ماما!

منذ فترة، كان ينشغل كثيراً بمظهره وكان يتجنب من يلمس شعره المصفوف والمرتب بعناية كبيرة! مستغلا جو المصالحة هذا، ترافع الطفل الماكر بذكاء عن قضيته:

- بما أنني قد أنجزتُ كل واجباتي المدرسية، هل يمكنني أن ألعب قليلا على الآيباد خاصتي، يا أمي العزيزة؟

لم أكن أعلم ماذا ستكون مهنته، ولكنني لم أكن فلقة كثيرة بشأنه! كان بارعا في اقتيادك إلى حيث يشاء! كان من المستحيل أن تغضب عليه لومن طويل أو أن تقارم كلماته الساحرة...

حينما جلس أدريان مشدودا إلى الآياد بجدية اللاعب المخضرم، انسجمت للحظة مع سيباستيان لوحدنا، كانت الحركات الحنونة لا تزال متحفظة بعض الشيء، حيث كانت الروح لا تزال مخدوشة من جراء المشاجرة. وينما كان يسكب لنا ما تبقي في قاع الزجاجة من نبيذ أييش، أدرك الجهد الذي ينغي بذله لكي تمنح حبنا من جديد كل الروعة الغايرة. لكي يستعيد حبنا روعته، كان لا يزال أمامي طريق على سلوكه إلى النهاية...

لحسن الحظ، بدا أن كلود يعرف الشعاع المؤدي إلى ذاك الطريق.

14

من أجل درسي المقبل، حدد لي كلود موعدا في حديقة أكليماتاسيون. وكان قد مر زمن طويل جدًا وأنا لم أذهب إلى ذلك المكان. كانت روحي الطفولية المخطجة تتلذذ وتستمتع برؤية عروض الألهاب وقضم حلوى تفاحة الحب. ربما كنت سأصاب بلعنة حلوى كروس بالشوكولاتة، ولكن، حمدا لله، وصل كلود في الوقت المناسب لكي يشيني عن المحاولة. دعاني، في البداية، إلى شرب كوب من الشاي في مقهي أنجيلينا، حيث لم أمسح لفسي سوى بشيء شهي واحد، وهو عبارة عن شريحة من الليمون - نظرا إلى درجة الرواقية الضرورية لمقاومة أكشاك الحلويات الرقيقة، كان ذلك يستحق أن يكون ترقية. ثم أدخلي إلى قاعة المرايا المشوهة.

- ماذا ترین هناك، یا كامیل؟
 - أجبت وأنا أقهقِه:
- يا للهول! أرى نفسي أكثر بدانةً ومشوهة.
 - هل هذه الصورة حقيقية؟
- كلا، لحسن الحظ! لست بدينة بهذا القدر.
- أنب لسبّ بدينة بهذا القدر في الوقع أيضاً، يا كاميل. لمعظم الوقت، ترين نفسك كما ترين نفسك الآن من خلال هذه المرأة المشروعة بسبب أفكارك السلبية التي تشوه الواقع. يلعب ذهنك أدواراً سلبيةً وسينةً في هذا المجال. إنه يروي لك قصصاً

وأنت تنتهين بتصديقها! إنه ساحرٌ أسود، ولكنك ساحرة أكثر قوة معه أيضاً: لديك القدرة على توقيف ذهنك، بل والتلاعب به! انظري الي، يا كاميل... من هو سيد أفكارك؟ - لا أدرى.

- أجل، أنت تدرين...

9bi -

- بالطبع. لا أحد سواك! غالباً ما يكون المرء حكماً سيناً بالنسبة إلى نفسه. اليوم، أنت مقتمة بأنك بدينة جداً لأن لديك ما يقارب أربعة كيلوغرامات زائدة، لكنك تضخمين المشكلة في ذهنك... أستطيع أن أؤكد لك بأن هذه ليست هي البدانة! ألقيت عليه نظرة جانبية، وأنا أفكر من جديد بالرجل الذي شاهدته في الصورة، في مكتبه. ترى هل يكون أحد أقاربه؟ ترى هل يكون هو نفسه؟ لم أجرؤ على طرح السؤال عليه على نحو مباشر، فحاولت أن أقارب الموضوع بطريقة مختلفة.

- لدي إحساس بأنك تعرف السؤال جيدا...

رأيت العبوس يتعمق على جبينه والمفاجأة ترتسم على وجهه.

تنحنح، كما لو أنه كان يسعي إلى كسب الوقت، كما لو أن السؤال قد ضايقه. تاهت نظراته في الفراغ وأجاب بتهرب:

- نعم، في الحقيقة. أعرف جيداً المشكلة...

- لأنك شاهدت ذلك بنفسك؟

قرأت في نظرته بأني كنت أضايقه بأسئلتي..

- هذا ممكن. ولكننا هنا لا لكي نتحدث عني أنا. شعرت بخبية أمل في داخلي. ربما كنت مهتمة جدًا بمعرفة المزيد عن حياته... ولكنني شعرت بأنه يجب على أن لا ألح عليه الآر.

> . اقتادني إلى أول مرآة في القاعة. مرآة طبيعية.

- إذا، يا كاميل، انظرِي إلى نفسكِ جيداً، وقولي لي الآن ما هو أكثر ما يعجبكِ في جسدك؟ تمعنت في انعكاس صورتي على المرأة بحثا عن العناصر المفضلة لدي. - حسن، أعتقد بأنني أحب كثيرا عيني، لهما بريق ولونهما جميل جداً...

- ممتاز، تابعي...

نزلت إلى الأسفل قليلا لكي أقيم مفاتني الأنثوية.

- صدري ليس سيئا كذلك... إنه يمنحني جسداً جميلاً. كاحلاي يعجباني كثيراً أيضاً. لدي ساقان (فيعان حتى منطقة الركبتين!

- مستار، يا كاميل. سوف تفعلين إذا كل شيء لكي تسنحي قيمة لمؤهلاتك وتركزي التباهك على هذه السرايا بدل التركير على العيوب الصغيرة التي تظهير على جميع الناس. حافظي في ذهنك على الدوام بأن بعض النساء اللواتي لم يكن على هذا القدر من الجمال ومع ذلك حققن نجاحات باهرة. خذي مثلا إديت بياف التي حظيت بأوسم الرجال أو مارلين موترو، المعروفة بامثلاء جسمها! لكن الأهم من كل ذلك، والذي خُشبه، هو ما تحريبه من داخلك. اللقة بالذات هي أجمل مجوهراتك. أظهري بريقك وستكونين على جمال لا يقاوع! حينما تعلين نفسك بالأشياء الجميلة ستكونين جذابة. يرى في الخارج، أي أن جوهرك هو ما يظهر.

راودتني الرغبة في أن أسأله إن كان هذا ما قد حدث معه هو... كان يلقي على حياته ستاراً من الغموض لم أجرؤ بعد على رفعها. فاكتفيت بإبداء ملاحظة ترفيهية.

- ما تقوله أشبه إلى حد ما بدعاية للبن، ولكنني فهمت الفكرة العامة...

- اعملي كل يوم لكي تكوني شخصا أفضل، حركي أمواجا إيجابية وسوف ترين قريبا النجاح الذي سوف تحظين به!

- وإذا لم أنجح في ذلك، يا كلود؟ إذا ما بقيت، على الرغم من كل شيء، أجد نفسي قبيحة؟

- صه، صه، صه! كفي عن تغذية جردانكِ، يا كاميل. جردانكِ، هم مخاوفكِ وعُقدكِ ومعتقداتكِ الخاطئة وهذا الجزء منك الذي يحب كثيراً أن يتشكي ويلعب دور كاليسيرو". هل تفهمين ما تسعين إليه، لا شعوبياً، من خلال لعب هذا الدور السيئ؟ - اممم... ربما إذا بقيت قبيحة، سوف لن أجذب الاهتمام ولن أجازف بأن أخيب الأمل. أو أن يخيب أملي! ومن ثم، على الأقل، لن ينتظر الناس متي الكثير، وسأحظني بالهدوء والسلام!

- وما هو خطر لفت الأنظار؟

من يلقي المزيد من النظرات، يطلق المزيد من التعليقات والمزيد من الأحكام،
 وبالتالي من المحتمل أن أتعرض لمخاطر أكثر...

- نعم، سوى أنه لا يمكن لأحد أن ينال منك إلا إذا كنت سهلة المنال. كلما كنت أكثر ثقة بنفسك، كلما كنت أقل عرضة لأن تجرحي بإصابات من الخارج. حينما تعزين احترام وتقدير الذات وتستلكين مشروعا للحياة منسجما بالكامل مع شخصيتك وقبلك العميقة، سوف تقدمين جديا، قوية بنظرتك الإيجابية، ولن تعودي تشعرين بالخوف. سوف تكونين «مهيأة»، وفي ونام مع ذاتك ومع العالم.

- إذا كانت الأمور كما تقول، فهذا مثير ومشجع... أتمنى أن يأتي هذا اليوم العظيم يها.

- هذا يتوقف عليك وحدك، يا كاميل.

- ولكن ماذا عن كيفية تحسين صورتي عني...؟

قادني كلود إلى مرآة تجعل الصورة أكثر نقاء وصفاء.

قبل كل شيء، كل صباح، حينما تقفين أمام مرآتي، غيري الحوار الداخلي.
 رددي التأكيدات والأحكام الإيجابية. رددي بأنك جميلة وجذابة وبأنك تحيين قوامك
 وأن لديك عينان جميلتان وصدر جميل وبأنك امرأة رائعة تنجع فيما تبدأ به... إلع.

- أليسَ في هذا شيء من المبالغة؟

⁽¹⁾ كاليميرو: هو شخصية في مسنس رسوم متحركة، وهو فرخ دجاج صغير لونه اسود، على عكس الفراخ الصفراء: ويرتدي نصف قشرة بيضته على رأسه وهو معروف بندبه لحظه السيق. - المترجم

أحاب مغتاظا:

- كلا، لا مبالغة في ذلك. بعد ذلك، سوف تتعلمين فن النمذجة.

- وماذا يعني؟

- ما هي المرأة التي تثير إعجابك أكثر ولماذا؟

- لا أدري... أنا أعشق إيزابيل أوبير، أرى أن لديها سحرٌ باهر!

- ممتاز، إذا، ادرسي إيرابيل أوبير بتصرفاتها وحركاتها وطريقة مشيتها وابتسامتها.... درمي نفسك على تقليد حركاتها. أغمضي عبيك. تصوري نفسك بأنك تسيرين في الشارع ومثلى دور إيرابيل أوبير. كيف تشعرين بنفسك؟

- جميلة، واثقة من نفسي، رصينة، هادئة...

- كيف يتفاعل الناس من حولك؟

- ينظرون إلى ويبدون إعجابهم بي...

- هل هذا ممتع؟

- ممتع للغاية!

- رائع! احتفظي بهذه الأحاسيس في ذهنك، ولا تترددي في أن تجعلي ذلك
 حقيقة. تقمصي شخصية إحدى النساء التي تعييينها نموذجا لك!

- حسنا. سوف أحاول... ربما يكون هذا الأمر مضحكا وغريبا.

- وطالما أننا نتحدث عن المناذج... أود أن تبحثي لفسك عن مرشدين. أي الأشخاص الذين يثيرون إعجابك أكثر من سواهم؟ ما هي مراياهم؟ ما هو نموذج نجاحهم؟ ادرسي حياتهم، اقرأي سيرهم الذاتية... وأعدى لي كشكولا جميلا من كل صورهم. هل يمكن أن تجهزي لي كل هذا في غضون خمسة عشر يوما؟

- اممم... سأحاول... في الحقيقة، شعرت إلى حد ما وكأنني تلميذة كلفت بكم هائل من الواجبات المدرسية، ولكن كلود حذرني: الوحوش الداخلية الصغيرة تترصد: الكسل، الإحباط... كان على أن أتشبث، حتى وإن بدا لي إيقاع التغيير كتيفا ولم أشعر بعد بأنني مرتاحة جذاً في ثياب شخصيتي الجديدة.

15

عدت إلى يبتي، منهكة. كانت الأفكار تتنافع في رأسي. يا لكم الغييرات التي حدثت في وقت قصير جدا! كن أحتاج إلى أن أستحم لكي أرتاح. عطيت جسمي يكمية هائلة من الرغوة واستسلمت للانغامات في الماء الحار الذي كان يعش جسدي. يا اللذة! لعبت مع الرغوة مثلما كنت أفعل حينما كنت طفلة صغيرة، وكانت متعة حقيقية بأثر رجعي.

كان لدي متسع من الوقت: كنت في مساء أمس، عوضا عن مشاهدة التلفزيون، قد أعددت طبقا خفيفا وشهيا للبوع التالي. ولم يكن علينا القيام بأي شيء سوى أن نجتمع إلى المائدة.

تناولنا الطعام بشهية وتلذذ، وحظيت بحفلة من الأصوات المعبرة عن الثناء والامتنان. - هذا في منتهي اللذة، يا ماما! يمكن أن تصبحي طاهية عظيمة، هذا رأيي!

ضمحكت من طرف خفي وأنا أرى ابني وهو يملا طبقه للمرة الثالثة من الفطيرة التي كنت قد حشورتها بجبنة النوفر البناتية المصنوعة من حليب الصويا والكوسى ووضعت في وسطها بعنن حبات الزيتون وشرائح من جبنة الماعز.

لقد تناول الكوسي... لقد تناول الكوسي...

من المؤكد أن هذه الأجواء كانت تغير من حالات الجمود والبرود...

كان أدريان، بعد تناول العشاء، غالبا ما يقترح على أن أشاركه في لعبة ولكني لم

أكن أشعر أبدأ بالهمة والجسارة على ذلك. ثم، ألم أصبح كبيرة على هكذا ألعاب؟ حيدما وافقت، هذه المرة، على مشاركته في اللعة، ذُهل للأمر ووقف فاغر الفاه. جعلني بريق الفرح الذي تلألأ حينها في عييه، تلك الفرحة البريئة التي وحدهم الأطفال يستطيعون أن يشعروا بها، أتخلى في النهاية عن تحفظاتي.

كان كلود قد اقترح على هذا الأمر. نصحني أن أكف عن المبالغة في إظهار الرشد والرزائة وأن أنخرط أكثر في لحظات من التواطؤ والنشارك مع ابني. كان قد قال لي مع غمرة تواطؤ وتشجيع: «السر، هو المشاركة». ها أنا ذا إذا في هيئة لاعب، وأنا أحاول أن أعيد التواصل مع الطفلة التي في داخلي، هذا الجزء من ذاتي اللعوبة والخلاقة التي في غالب الأحيان يتم لجمها من قبل ذاتي الراشدة والرزينة المسؤولة والمسببة للنكد. كان كلود قد شرح إلى هذا الأمر أيضاً. وبخلاف كل التوقعات، استمتعت بذلك. وكان الوجه البشوش والفرح لابني يضاهي كل المكافآت. بعد أن أشبع حاجته من اللعب ومن إثبات الحضور، نام من دون أي تكلف في تصرفاته. يا لها من سعادة وهاء!

حينما عدت إلى غرفة الجلوس، طلب مني سيباستيان، الجالس على الاريكة: - تعالى واجلسي قليلا.

أحمت بلطف:

- كلا، ليس الآن. لدي عمل.

بدا متفاجئا، بل ومنذهلا بعض الشيء. يجب القول بأنه في العادة أنا من كنت أتوسل الحنان. وفجأة ولمرة واحدة، انقلبت الأدوار. تري هل وجدت هنا درجة الشد المناسة للمطاطاء

جلست إلى طاولة الصالون أمام حاسوبي المحمول، ولكن أيضاً مع ورقة وأقلام. بدأ بما هو أكثر سهولة: الصورة الصينية للشخصيات التي أردتُ نمذجتها.

كتبتُ كيفما كان:

وددت لو أمتلك حكمة غاندي، وصفاء بوذا ولطافة وأناقة أودري هيبورن وحس روكفلر في الأعمال وإرادة وتنسك الأم تيريزا وشجاعة مارتن لوثر كينغ وبراعة رولتابيل وعبقرية بيكاسو الخلاقة وابتكار ستيف جوبز والخيال البصري لدافنشي وإحساس شابلن وأخيرا، برودة وفكاهة جدي!

سعيدة بعصفي الذهني، جلبت صور كل تلك الشخصيات ثم طبعتها لكي أعد لوحتي الخاصة بالمرشدين. لم أكن أتوقع بأن النمرين سيحسن حالتي إلى هذه الدرجة الكبيرة: كانت كل تلك الصور تلهمني وتعيدني إلى جذوري. وأنا أنظر إليها، حاولت أن أكتشف قليلا من سر موهبتها وأن أتأثر بسعط لجاحها. شعرت بأن هذه النجرية الصغيرة قد أتاحت لي بأن أسلط النور على بعض قيمي وأن أوضح وأنضج رؤية الشخص الذى كنت أريد أن أصبحه.

كانت للوحاتي هية جميلة! قررت أن أعلقها في مكان جميل بالقرب من مكتبي. ومن ثم واصلت أبحاثي في مجالي المفضل، أقصد الموضة. فتشت عن السير الذاتية للمبدعين الكبار ومن ينهم مصسم الأزياء المفضل لدي: جان-بول غوتيه.

أسرعت بشوق إلى المدخل المخصص له على موقع ويكيبيديا:
في سن الخامسة عشرة، رسم تصاميم مجموعة ألبسة للأطفال.
وبعد أن شاهد فيلم فالبالاس للمخرج جاك بيكر، والذي كان
مارسيل روشاس قد صمم كل أزيائه، قرر أن يجعل من الخياطة
مهنته. أرسل ملف إلى دار إيف سان لوران، ولكن رقض طلبه في
العمل. فذهبت رسومات تصاميمه إلى دار بيير كاردان. في اليوم
نفسه الذي بلغ فيه الثامنة عشرة من عمره، التحق بدار التصميم،
والذي سيتمي فيه الأقل من عام واحد، قبل أن ينضم إلى جاك
إيستييل «العجيب» ومن ثم، في عام 1971، إلى فريق جان باتو،

كيف يمكن لرجل بهذه العبقرية أن يوفض من قبل دار إيف سان لوران في بداية مشواره؟ أمر لا يصدق!

كان ذلك يعيدني إلى قصة المثابرة والإصرار التي كان جدي يرويها لي غالبا.

- هل تعلمين من هو هذا الرجل، الذي ولد نقيرا، والذي اضطر لأن يتحمل الهويمة طيلة حياته؟ وبما كان بوسعه أن يستسلم لمرات عديدة وأن يجد ألف سبب لكي يفعل ذلك، ولكنه لم يفعل ذلك. كان لديه موقف بطولي وقد أصبح في النهاية بطلا. والبطل لا يستسلم أبدا. منذ طفولته السبكرة، طرد من منزله. فقد والدته. أفلس للمرة الأولى. انهوم في الانتخابات التشريعية. فقد وظيفته. أفلس مرة أخرى وأمضي سبعة عشر عاما لكي يقوم بتسديد ديونه. ماتت خطيعه. اجتاز انهيارا عصبيا شديدا وخطيرا، انهوم في لكي يقوم بتسديد ديونه. ماتت خطيعه. اجتاز انهيارا عصبيا شديدا وخطيرا، انهوم في انتخابات رئاسة مجلس النواب في إلينوي، بعد أن انتخب في الكونغرس، ولكن لم يعد انتخابات مبلس الشيوخ الأميركي ولم ينجح في الانتخابات. قدم ترشيحه لمي نائب الرئيس خلال المؤتمر الوطني للحزب ونال أقل من مائة صوت. تقدم برشيحه في لنكابات مجلس الشيوخ وانهوم مرة أخرى... هذا الرجل، يا كاميل، هو الرئيس أبراهام لينكدار!

كان يروي لي هذه الحكاية وفي النهاية، يتسم ابتسامة خفيفة، سعيدا بالسقوط. وأنا، هل عرفت كيف أثابر طيلة حياتي كلها، أم أنني تخليت سريعة جدًا عن أحلامي؟ ألقت هذه الفكرة ظلالا على مراجي. شعرت بشيء من النكد والكآبة، فتوجهت نحو الخزانة الموجودة في نهاية المممر وأخرجت منها صندوق رسومات. في صمت، تصفحت تصاميمي التي رسمتها في وقت سابق. لاحظت، مندهشة، مسهولة الخطوط والقسمات. هذا لأنبي كنت أمثلك ضربة ريشة مقدسة، في تلك الفترة! ربما كنت مأصبح ذات شأن في هذا المجال، لو أنبي انسبت إلى مدرسة للرسم عوضا عن دراسة النجارة... ولكن الآن، فات الأوان. إلى جانب التصاميم الأعاديمية، كنت أتسلي بالعودة إلى ألبسة أطفال عادية. كنت أنخيل إضافات من السبيج ومن المواد ومن الوارف التي قد تضفي عليها ابتكارا لا يمكن إنكاره.

مازحني سيباستيان وهو يمر في الممر:

⁻ عجبا! تضعين رأسك في هذه الأشياء القديمة والمهجورة؟

ألقيت عليه نظرة غاضبة.

قال وهو يطبع قبلة على خدى:

- اعذريني! كنت أمازح! رسومات جميلة جدًا وممتازة. هل ستأتين إلى النوم؟

- لا، ليس الآن... سوف أشاهد لبعض الوقت كل هذا.

لامست أوراق الرسم كما لو أنبي ألامس حلما يأطراف أصابعي. وماذا لو قررت أن أمنح الحياة من جديد لهذا الحلم؟ هل سيتفهم سياستيان ذلك؟ هل سيقف إلى جانبي لكي أستقل قطار الخبير، أم أنه سيبقي واقفا على رصيف المحطة؟ كان هذا السؤال يشغل بالى ويؤرقى...

16

أخبرت كلود بقلاقلي الخاصة بتطور علاقتي مع سياستيان. أفهمني بأن هذا الأمر قد يربك زوجي وهو يراني مكذا أطرح حياتي ثانية للبحث. لا بدأن كل هذه التحولات سوف تهوه من الأعماق. كان على أن أقبل بأن وجوذ مرحلة انتقالية أمر في غاية الضرورة. ففي نهاية السطاف، كنت أفرض عليه ثورتي الصغيرة، في جين أنه لم يكن قد طلب مني أي شيء! كان لا بد لي أن أترك له متسما من الوقت لكي يتكيف مع هذه التطورات. ثم أن فترة كهذه من التحول كانت تترافق قسراً، لدي كما لدى زوجي، بجملة من المشاعر والأحاسيس: المقاومة وخطوتان إلى الأمام وثلاث خطواتٍ إلى الرام...

في الوقع، كان خوفي مضاعفاً ومردوجاً: الخوف من ألا يتبعني سيباستيان في مشروعي الهادف إلى إعادة توجيه عملي المهني، والخوف من أن تستمر علاتتنا في التعثر...

فقال لي كلود:

- أول ما ينبغي عليكِ أن تعرفيه هو إن كنت لا تزالين تحبينه.
- نعم، بالطبع، حتى وإن كنت أشكُّ في ذلك في الكثير من الأحيان.
- غالبا، ليس الآخر هو ما لا نعود نحبُه، وإنما ما آلت إليه العلاقة معهُ. والحال أن كل طرف في الحياة الووجية يكون مسؤولاً مشتركاً عن نوعية العلاقات المتبادلة. إذا

كنت تريدين أن توقدي الشعلة من جديد، أطلقي الشرارات! لا تنتظري دائماً أن تأتي المبادرة من الآخر، وقد سبق لنا أن تحدثنا عن هذا الأمر...

- ولكن كيف على أن أتصرف؟

- أن تنمي ابتكارك الغرامي على سبيل المثال...

- ممتع! ولكن بأي طريقة؟

- يمكنك أن ترسلي إليه رسالة هاتفية قصيرة غرامية 3.0 كبداية.

- 3.0؟ ماذا تعني بهذا الرقم؟ - حسنا، في حين يرسل الجميع رسائل هاتفية قصيرة صوتية، اسلكي سبيلاً مختلفاً

وأرسلي إليه رسائل هاتفية قصيرة مبتكرة، مكتوبة بعناية وأناقة، خاليةً من الأخطاء الإملائية!

- وماذا أيضاً؟

- اتبعي إلهامك! أعيى أن هناك بعض القنيات. حددي اهتمامات زوجك العربز والحنون واختاري واحدة من تلك التقنيات. ومن ثم اكتبي، بطريقة العصف الذهبي، كل الكلمات والعبارات التي تراود ذهنك والتي لها علاقة بهذا الموضوع. وأخيرا، اخلقي مقاربات غير ممكنة الحدوث بالكلمات وابتكري عبارات من أجل كتابة نص عذب. ما الذي يُقبِّرُ زوجك؟

- يعشق الزن("). يمارس اليوغا. ويحلم بأن نذهب إلى الهند.

- ممتاز. لنعد قائمة بكل الكلمات المتعلقة بهذا الموضوع.

بمساعدة منه، خربش على ورقة ما يلي:

⁽¹⁾ يز: لفضة يابانية تُضلو عنى طائفة من المدايانا البودية اليابانية، تفرعت عن فرقة «شمار» البودية الصينية، يضنو الفضأ أيضناً عنى مذهب هذه الطائفة. يتميز أتباع هذا المذهب بممارسة التأس في وضعية الجدوس -زارد- كما يشتهرون بكثرة تداولهم للأقوال المأثورة والعر. -المترجم-

زن، لوئس، زهرة اللوئس، توازن، تتفس، نسبة، سلام، جسال، تعويذة داخلية، حديقة زن. تأمل...

أُلحَّ عليَّ، قائلا:

- اكتبي كل شيع بإتقان، ستكون هذه هي مادّتك الأوليّة الإبداعية. وتذكري قاعدة QFD€.

الحرف (€) المشطوب، ويعني أن لا رقابة (Censure) ولا نقد (wittique). والحرف (€) المشطوب، ويعني أن لا رقابة (Quantite)، أي بت أقصي ما يمكن من الأنكار. والحرف (€) للدلالة على الغرابة (Farfelu). أهلا وسهلا بالغرابة! اكتبي حتى الأفكار الأكار غرابة والتي لا يمكن لها أن تحدث. والحرف (D) للدلالة على توالد الأفكار (Démultiplication). حيث فكرة تستجرً أخرى، وهذا ما يسمى بالارتداد!

- سوف أتذكر ذلك. شكرا يا كلود.

- بعد ذلك، قابلي مفردة زن مع المفردة الغرامية، ثم حاولي جيدا واكتشفي اللّقي التحريرية التي تنجم عن ذلك. فكّري أيشاً بالتعابير الأسلوبية: مثل السجع -تكرار نبرة الحرف الصوتي نفسها-، والجناس - تكرار نبرة الحرف الساكن نفسه-، والمقازنات والتفخيم -المبالغة في المبرة-، والتضاد -الدمج بين كلمات في مقاربة لا يمكن حدوثها، كما هو الحال في العبارة الشهيرة «نور دابس يُسقِط نجوماً» التي استخدمها الشاعر المسرحي كورناي-، والتورية، أي تخفيف التصريح، كأن يقول المرء: «هو لين قبيحاً»، لكي يقول بأنه جميل، والكثير من الأمور الأخرى. ولكن الأهمة من كل شيء: ليكن قلبك دليك؛

- لا ضير في المحاولة فهي لا تكلف شيئا.

ما فعلته على الفور، كان يثبت بأن الأمر لم يكن بالسهولة التي كان بيوحي بها. مطرقة في الفكرير، والقلم معلق في الهواء، بحثت عن الإلهام تاركة أنظاري ترنو إلى ما وراء الواجهات الزجاجية... استغرق الأمر ما يقارب عشرين دقيقة قبل أن أقدم نصّي الغرامي إلى كلود:

مبيبى

فى الغارج، مساءً متغلقة وتقيلة، فى الدائيل، شدرٌ فى كبد السَسَاء. إنّه تأثير السَّعادة فى أن القالك هذا البساء فى بيئنا التعويذة، تعديدةً الدفء، والعرازة، تعويدة العنوبة، صبيغةً دن التى تتعول بقيلة إلى جنَّات عدن، دعنى آكون زهرة المؤتس لتهارك ورياح (لو) البينسية للبلك. رياح راجستان العادقة تلك، لكن تربية على رضياتك مثلها تربب على جبرات تار مقدمة وتأخذنا تعو الشواطن حيث للعب وحدد العق فى

رفع كلود نحوي عينين مندهشتين.

- عجبا! كمحاولة أولى، أذيت أداء قويا! مستار، حقا... بالطبع، الكتابة الفرامية ليست سوى تقنية من بين تقنيات أخرى. وأي شكل آخر من الابتكار مرجب به من أجل النغلب على رتابة الحياة اليومية! أطلقي العبان لحيالك وحدسك، ولتكن أفكارك جرية. سوف ترين: ليس فقط متستمتعين جيدا، بل علاوة على ذلك، سوف تعيدين إيقاد الشملة في أقرب وقت...

- هل تقول هذا لأنك جربت ذلك بنفسك؟

- من يدري...

محبطة من هذه المحاولة الواعدة، قررت أن أطلق في الأيام التالية عملية :B-L Big Love.

بدأت بسلاسة، عرضاً وبلا مبالاة، برسالة هاتفية قصيرة يوميّة. ومن ثم كثفت تدريجيا عملي من أجل استعادة الأرض الغراميّة، من خلال تلغيم المنزل بالكلمات الطيفة على لصاقاتٍ كان سياستيان يكتشفها بين وسادتين أو عندما كان يفتح خزانة

البسكويت...

لم أحصل تماماً على التائج المرجرة والمتوقعة. في وقع الأمر، بدا زوجي مناجئاً أكثر معه منهواً أو مغوباً. كما لو أن إظهار كل مشاعر الحب المفاجئة هذه بجعله متحفظاً. بالتأكيد، كان يتسم لي ويقبلني لكي يشكرني، بل وبدا فرحاً بعض الشيء ولكنه لم يكن فرحا بكل معنى الكلمة مثلما كنت أتعنى. شعرت أن شيئاً ما يكذّره. ولدى الفكير في ذلك، قلت في نفسي ربما أنه يرى في تصرفي شيئاً من التاقش... من جهة، كنت أقعل كل شيء لكي أنقرب منه وأخيي جذرة العلاقة بيننا، ومن جهة أخرى، كنت أتعرر منه في كل يوم على نحو أكثر، ويستان رأسي بمشاريغ جديدة وأقدم له صورة امرأة واثقة من نفسها ومن مواهبها. فلنذهب متسؤلة الحبّ إلى سلة المهملات! كانت كامل الجديدة مغفوعة نحو الشجاح. ربما كانت هذه الاستقلالية الشعورية تفرخً، والحال أنه ظل حذراً ومحترماً. كان يدو أنه ينتظر ليرى. كنت آمل في أن يتغرفه. والحال أنه ظل حذراً ومحترماً. كان يدو أنه ينتظر ليرى. كنت آمل في أن

وبانتظار ذلك اليوم السعيد، واصلتُ عملي الاستبطائي الستأيي والهادئ لكي اكتيف من هي كاميل الحقيقية، كاميل السيدعة والمبتكرة والجسورة التي سوف تجيد إعادتي إلى طريق أحلامي، فانكبيت على رسم صورتها، من خلال ابتكار تشكيل مصور إبداعي: قصص صورة من السجلات والصقت صورة رأسي على صورة جسم امرأة جميلة في الهواء، وأضفت إليها صندوق رسومات تحت دراعها تبدو فيه لوحات رسومات تصاميم لألبسة الأطفال الصغار... قصصتُ الأحرف بأساليب طباعية متتوعة لكي أعيد تركيب بعض الكلمات ومن ثم ألصقها بانسجام على لوح حياتي المثالية التي كنت تركيب بعض الكلمات ومن ثم ألصقها بانسجام على لوح حياتي المثالية التي كنت أخيه بها، وهكذا وجدت الثقة والحرأة والحرم مكانها في هذه التركية. رسمت التنورة على صورة مجلات في وضعيات حيوية ومبدغة وطبوخة وفكهة وكرينة! راضية بما على صورة ما كنت أريد أن أصح: حيوية ومبدغة وطبوخة وفكهة وكرينة! راضية بما انجزه، أرسلت تلك التركية من الصور إلى كلود والذي لم يتأخر رده:

رائع! أرق أن مليك بدأ يتغلق ويتشكّل، شيئاً فنسبتاً سوف نواصل تعميده ويلوّرتُه... إن كاميل الهميدة تظيرُ الآن! لبواصلة طريقك في التعوُّل! أتشرُّع عليك أن تأثّر للفائق يوم الغنيس نعو الساعة الثانية عشرة والصف في شارع سان سوليس في الدائرة السامنة، البنا، رقم 69. طلبت ليلنكي... و... على ظرف... بدل أن تعرق الغراف قبل أن تنامى، هذا البساء ظرى في تلائة أثبيا، مستنة أو مشجعة وإيجابية كل من شعك خلال التهار، هذه مسألةً جوهرية وفنالة، سوف ترين!

وأنا أخرج من البترو، كن أتساءًل في نفسي عما كان كلود يحتفظ به كمفاجأة لي هذه المرة. كانت لديه طريقة خاصة به في إخراج دروسه وفي توضيح بعض نصائحه وتعاليمه بقياس طبيعي ولكن بطريقة مجازية. ضحكتُ لوحدي في الشارع حيما فكرت بالهيئة التي كان على أن أبدُو فيها، حيما أدرك بأنه يريد أن أصغذ في منطاد! كل ذلك لكي أتخلص، ومرياً وعلى نحو ملموس، من كل ما كان ياؤث دهني... وأن أمطك ذلك الشعور بالرفاهية، ما أن أصبح في الأعالي! وهو تعبيرً مجازي أيضاً عن وفاهية مقبلة أكبر وعن مكافأة فورية وملموسة. وكذلك، قاعة المرايا المشترصة... كانت حركة بليغة إلى شارع سان سوليس، لكي أصل على نحوٍ أسرع إلى البناء وقم 59، مثل فتاة صغيرة مطهفة إلى فتح علية هدية.

وصلت إلى أمام عمارة مغطاة بالكامل بالواجهات الرجاجية وذات واجهة حديثة ومضاءة وذات أثاث داخلي مصمم بأناقة فائقة.

استغرق الأمر بعض الوقت حتى أدركت ما هي العمارة ومن ثم دفعت الياب، وأنا حائرة ولاهية في آن واحد: كان كلود قد دعاني الي... صالة لنيبيش الأسنان! وهو المفهوم الذي جملني... أيسم! بالطبع، كنت أعلم بوجود هكذا صالات، ولكن كانت هذه هي المرة الأولى التي أدخل فيها إلى هكذا صالة. كان ينتظري جالساً على كرسيّ عال بلا مساند وهو في حديث ودّي مع صاحبة الصالة. استقبلاني، كلود وصاحبةً الصالة، بحراق. شعرت وكانتي مرشحة في برنامج من برامج تغيير المنظهر. أزاد كلود أن يقدم لي وصفة «فاقمة». ضايفني ذلك، ولكنه ألمّ علنّ: بالنسبة إليه، كان هذا جزء من التدريب ومن العملية الشاملة.

فأدخلتنا صاحبة الصالة في قمرة صغيرة واستغل كلود تلك الدقائق القليلة من الانتظار لكي يتكلم معي.

- كاميل، تخيّلي جيداً بأنني لم أجلبك إلى هنا فقط من أجل تجميل أسنانك... - أشكُّ في ذلك! لقد بدأت أعرفك بعض الشيء.

تبادلنا الابتسامات. كان ذلك مناسباً!

- علاوة على أهمية اعتناء المرء بأسنانه، أنا هنا على نحوٍ خاص لكي أذكرك بأهمية ابتسامتِكِ الاستهلالية. لأن ابتسامتك تستطيع أن تثريك أكثر من بطاقة اليانصيب!

- ألا ترى بأنك تُبالغ بعض الشيء هنا؟

لم يول اهتماماً بملاحظتي وتابع حديثه:

- لا تكلف ابتسامة أي شيء ومع ذلك لها تأثير كير على محيطك مثلما لها تأثير المرات أي بيار، أم لا؟ «إن الابتسامة أقلُّ تكليفة من الكهرباء ولكنها أكثر إشراقاً»، بل أكد أن ابتسامة صادقة يتسم بها المرء لأحدهم يمكنها أن تستجر، في رد فعل متسلسل، إلى حد خسسانة ابتسامة في نهار واحد! ناهيك عن آثارها الإيجابية على الدماغ والجسد! هل صحة ذلك؟ طلب علماء من متطوعين أن ينسعوا قطعة من خبر الصمون في أفواههم. كان على المتطوعين في المجموعة الأولى أن يسمكوا بقطعة الخبر من دون إظهار أي تعير على وجههم. وكان على متطوعي المجموعة الثانية أن يفعلوا ذلك وهم يرغمون أنفسهم على الابتسام. بينما كان على متطوعي المجموعة الثانية أن يقعلوا ذلك وهم يرغمون طبيعي. انطلاقاً من تلك الوضعية، تم إخضاع المتطوعين لنمارين مجهدة مختلفة من طبيعي. انطلاقاً من تلك الوضعية، تم إخضاع المتطوعين لنمارين مجهدة مختلفة من

قبل غطس أيديهم في مياه مثلجة. وفي أثناء كل تمرين، كانوا يعايين الاختلافات في إيقاع نبضات قلوبهم. في مجموعة المتطوعين الذين كان عليهم أن يقوا محايدين في تعييرهم، كان إيقاع القلب متسرعاً على نحو ملموس. وفي مجموعة المتطوعين المرغمين على الابتسام، كانت البيانات تظهر بأن الإيقاع أقل ارتفاعاً. ولكن إيقاع القلب كان في مجموعة المتطوعين المبتسمين على نحو طبيعي هو الأكثر بطأ... ماذا نستخلص من هذه التجرية؟ نستنج أن قعل الابتسام، سواء كان طبيعياً أو غير طبيعي، يخفف من آثار الإجهاد على أعضاء الجسم. في التجرية التي ذكرناها، يجري العلماء تجرية منهجية تعطي نتائج رسمية. أما تفسير ذلك فهو أن اللماغ يفسر الابتسامة، سواء كانت طبيعية أو غير ذلك، على أنها حالة من المراح الجيد ويفرز هرمونات الصفاء والهدوء. أليس هذا شيئا جميلاً؟

- في الحقيقة، أجل!

- كما ترين، يا كاميل، الابتسامة لا تجعلك محبوبة أكثر من قبل الناس وسعيدة أكثر فحسب، بل وتجعلك تعيشين لعمر أطول وفي صحّة أفضل! هذا ناهيك عن حقيقة أنك تصبحين أكثر جمالاً بكثير حينما تبسمين... يبدو وجهك أكثر إشراقاً وتبدين أكثر شباباً. المرحلة التالية، هي مرحلة أن تعلّمي كيف تحيين ابتسامتك الداخلية.

- ابتسامتي الداخلية؟

به بعم. هي إنسامة تتعكس على الذات، ابتسامة تسبب السلام الداخلي الشهير، إنه سمي إلى السعادة، كأس مقدسة تبدو لنا صعبة السنال لنا نحن الغربيين البؤساء الذين نعاني من الناحية الروحية... لا يد من القول بأنه ليس من السهل أن نعتر اليوم على من هو قادر على منحنا هذا التعليم، ولا حتى على مقاعد كليّة في الجامعة ضمن درس في علم السوق أو في مجال القضاء... في حين، في الأرضة القديمة، كان المعلمون الطاويون™ يعلمون فن هذه الابتسامة ويشرحون بأنها ضامة للصحة والسعادة

 ⁽¹⁾ التعاويون: من التعاوية وهي مجموعة مبادئ: تنقسم إلى فنسفة وعقيدة دينية مشتقة من المعتقدات الصينية الراسخة القدم. من بين كل المدارس العقبية التي عوفتها بالاد الصين:=

وطول العمر. فالابتسام مع الذات هو كمن يغوص في بحر من الحب. الابتسامة الداخلية لا تمنح طاقة مريحة فحسب، وإنما لديها أيضاً قدرة على الشفاء لا يمكن اهمالها!

- أووووه! وعملياً، ماذا على أن أفعل لكي أزرع هذه الابتسامة؟

- يمكنك أن تعربي نفسي على ذلك لبضع دقائق، كل يوم... في كل مرة يكون لديك القليل من أوقات الفراغ، اجلسي بهدوه، ارخ جيدًا كل توترات وتشنجات جسمك، ارخ فكيك بفتح فمك قليلاً، تبني تنفسك والاسترخاء والراحة العميقين التي سوف تشعرين بها جسدياً من جراء ذلك. قدري جيداً هذه النفحة الحيوية وتعيلي بأنها بمثابة نوع من التدليك الداخلي. وفي تلك اللحظة بالذات يمكنك الشروع بالإحساس بطك الابتسامة الداخلية: سوف تنعمين برخاء عبيق وباسترخاء مُربح وصفاء عذب. كما يمكن أن تتراءى للك زهرة تفتح قرب ضفيرتك...

- بصراحة، يا كلود، لا أدري إن كنت سأستطيع أن أكون مرتاحة بما يكفي لكي أقيم بهكذا تمرين. أنا مستعجلةً جدا!

- لا تفترضي ذلك مسبقا! قومي بهذه التجربة لبضعة أيام. قد تندهشي بالنتائج المحقّقة! في الداية، من الطبيعي أن تجدي بعش الصعوبة في القيام بهذه التجربة. ومن ثم بمرور الأيام، سوف تجدين متعة حقيقيّة في بلوغ هذه الحالة. الأمر أشبه إلى حد ما بالشماء الروقاء... هل تحبين السّماء الروقاء الجميلة في فصل الصيف على شاطئ البحر؟

- آه، نعم بكل تأكيد! إنه منظر مدهش! ولكن هنا، نحن في جو رمادي كتيب طيلة السنة...

- حسنا، اعتُري على الابتسامة الدَّاخلية، وهذا أشبه بالعثور على فسحتك من السماء

تعتبر العالوية الثانية من حيث تأثيرها على المجتمع الصيني بعد الكونشيوسية. وتناظرها
 في العربية كلمة: الهدي: الفريقة أو الفريق: الذي يسكه أتباع الديانة: اسمهم المهديو
 أتباء الهدي: ودياتهم الهداية. -السرجية

الرزقاء، وهذا يحدث حالما ترغين في ذلك. حتى حينما تكون السماء محملة بالفيوم، تهي جميلة على الدوام! وكذلك، عندما يكون مراج نكدا، تبقي هذه السماء الرزقاء الرائمة في داخلك وتنتظر على الدوام. عليك فقط أن تعلمي كيف تستعيدين الاتصال بها...

اتفقنا! أحسنت! هذا يمنحني الرغبة...

دخلت امرأة شابة في تلك اللحظة إلى غوة الانتظار الصغيرة. سوف تبدأ رحلة علاجي. توارى كلود. حاولت بنفاد صبر أن أرى التيجة. ومن ثم تمكنت من أن أبدي إعجابي بابتسامتي الجديدة في المرآة. ابتسامة مثيرة! لقد سار العلاج فعلاً بطريقة جيدة! منهجة بالتيجة، انضممت إلى كلود الذي كان قد عاد إلى مكانه وجلس على ذلك الكرسي وهو يتحادث مع زبون ينتظر أن تشغر قمرة، كما بدا واضحاً. صافحه مودعا ما أن رآني وأقبل تحوي.

- ها أنت الآن مزينة لكي تضحكي ملء أسنانك، يا كاميل! ولكن تذكري: إن
 الابتسامة تكون أكثر جمالا بكئير اذا ما نبعت من الداخل...

بعد ظهيرة اليوم التالي، جربت أن أنفذ تعليمات كلود في الشارع. قررت أن أضع نفسي في هيئة أيزابيل أوبير. ألقيت للمرة الأولى ابتسامتي الجديدة تماماً على الرجال الذين كنت أصادفهم، مظهرة في الوقب ذاته البشاشة الفاتة لامرأة واثقة من سحرها سعيت إلى أن أظهر الفقة والأناقة، إكراماً لقدوتي الأنتي.

كانت النتائج مقاجنة ومذهلة: قاطعني أربعة رجال وتبادلوا معي الحديث في غضون عشرين دقيقة فقط! قال لمي الرجلان الأولان بأنه لدي ابتسامة جميلة جداً. فيما دعاني الرجل التالث إلى شرب فدجان من القهوة معه. أما الرابع فقد أعطاني بطاقة الويارة خاصته على أمل أن أتقق معه على موعة غرامي... ومن نافلة القول أن اعتزازي بنفسي كان يصاعد كالسهم! تذوّقت طعم داك الشعور الجديد، وتلك المعالة من جراء تأكدي من قدرتي على الإغراء. وبهادء ورزانة، أقتيت مرساة صغيرة. من أجل الأيام الرمادية.

في المكتب أيضاً، لم يمر سلوكي المتغير مرور الكرام ومن دون لفت انتباه زملائي. ولكي أتسلى وأستمتع بالدوقف، دخل في هيئة الشخصيات التي أقدادي بها وأعتبرها نماذجي المفضلة وفقا للظروف. هنا، تقمصت شخصية ستيف جويز، فأصبحت بطريقة لا تصدق أكثر ثقة بفسي. وهناك، تقمص شخصية دافيد دوييه، فأصبح فجأة مسكونة يقوة هادئة لا تقهر. لقد أصبح ذلك ببثاية لعبة ألمبها مع نفسي وذهلت بآثارها على حالتي الذهبة وعلى وسطي المهني. لقد أصبحت على درجة من الهدوء والرائة بحيث بدا لي أن ذلك يفرص احترامي على زملاني الذين يميلون بسرعة إلى الفكاهة، بل وإلى السخرية اللاذعة. سيما وأن هذا التحول كان مترافق مع حماسة غير معادة لما شكل بالنسبة الي، في هذه الأشهر الأخيرة، نشاطاً مملاً إن لم نقل مثيراً للغنيان. كان هذا بالطبع وفقاً لنصيحة كلود الذي أقنعني بأن أتبني مقولة «تصرف كما لو أن». وهي عبارة عن حالة نفسية للشخص تقوم على أن يتصرف الشخص كما لو أن هذا العمل هو الأكثر شغفا في العالم. كان يقول لي: «خذي كل ما هو مثير للاهتمام، عيشي الحياة بنسبة 400%، بدلا من أن تعيشي بالتقير وتتظري في حالة اجترار أن يهجل تغير من السامة.

وبالتالي، منذ بضعة أيام، كنت أنخرط بشكل عميق مع زملائي وأبتسم دون حدود وبلا تحفظ، الأمر الذي لم يخف على رئيسي في العمل.

 - كاميل، لقد مضى وقت طويل جداً، لم أجدك على هذه الحال... لديك الآن الرغبة في الفيز وهذا يشر إعجابي! هل أنت متأكدة بأنني لن تنقلي إلى العمل بدوام كامل؟ فكري... قد يكون هذا الأمر جيدًا باللهعل.

أصبت بدهشة عميقة ولم أكن أصدق! كنت أخرج من حالتي وكنت أتلقي أرفع درجات المديع والثناء على ذلك. أمر لا يصدق! كنت أتلقي المديع والإطراء وأحسست على نحرٍ خفي بشعور بالانتصار. ألا يشبه هذا الأمر انتقام؟ وفي الوقت نفسه، هل هذا هو ما كنت أرضي فيه؟

أيا يكن الأمر، فإن موجعي الإيجابية كانت تواصل تمددها وانتشارها في المكاتب. حتى ذو الجمجمة الشبهية بالبيضة كان ينظر إلى نظرة جديدة، وكانت فكرة أن أدهشه بسلوكي الجديد، بعد كل الملاحظات المعسولة كي لا أقول الخادعة التي كنت أتعرض لها من قبله، لا تخلو من إحساسي بالبهجة والمتعة! لكن كاميل الجديدة لم يكن لديها الوقت لكي تضعه في هذا النوع من الصنع السلبية والعقيمة. كانت كاميل الجديدة قد أثرمت نفسها أمام كلود بأن تلعب لعبة كل النمارين التي افترجها عليها، وأحد تلك الضابين، حسبما ذكرتي به في إحدى رسائله القصيرة، كان يدعوني إلى الذهاب إلى

ما وراء المظاهر:

يستحق كل شخص أن نسنحه فرصة أن يكون معروفاً. كذلك ينبغي التخلي عن إطلاق الأحكام المسبقة والبديهيات والفسيرات. أنا أفعك أمام تحدي أن تقربي إلى شخص لا تحييه كثيرًا للتعرف عليه أكثر...

بصراحة؟ كانت رغبتي في معوفة أفضل بفرانك تضاهي رغبتي في شنق نفسي، لشدة نفوري منه! حينما فكرت من جديد في المرات العديدة الذي أفاقني فيها كل صنوف الإرعاج، كنت أميل أكثر إلى أن أبعده عني... ومع ذلك، كانت معرفته على نحرٍ أفضل هي إحدى الخانات التي كان على أن أملأها في دفتر التراماتي، وعبارة لم ينجز لم تكن خياراً مطروحاً!

ذات خميس، في الصباح، استجمع شجاعتي واقترب من مكتبه.

- أخبرني يا فرانك، هل أعددت شيئا ما للغداء؟ منذ زمن طويل وأنا أرغب في أن أفترح عليك بأن نتناول الغداء معاً، لكى يتاح لنا الوقت لكي نتحادث قليلاً...

شعرت بقشعريرة اندهاش تسري في كل الفضاء المفتوح. لم يضبع الآخرون لحظة واحدة. ألقي فرانك نظرة مائلة نحو رفاقه، كما لو أنه يريد أن يستطلع آراءهم حول الحواب الذي كان عليه أن يقدمه. في لحظة من التضامن الجميل، انهمك الجميع في الانشغال بشاشات حواسيهم.

قال أخيراً، وهو لا يزال مضطرباً تحت تأثير طلبي:

- أوه، نعم، لم لا.

فالتقينا لكي نتناول معا وجة الغداء في الظهيرة. جلت هو أمام طبق من شرائح اللحم مع صلصة مايونيز بالخردل، بينما جلست أمام طبقي من سلطة نيسواز، في لعبة لتبادل الأدوار. كان يتلوى في مقعده وهر غير مرتاح على نحو واضح وجلي. هو الذي كان عادة ما يظهر لي قوته ويسخر مني برباطة جأش وثبات، كان في حيرة تامة من لطغي غير المتوقع. صدمة الأقمة المتساقطة...

بدأت بترطيب الجو من خلال بعض المبادرات من قبل ابتسامات خفيفة وبعض الإطراء لموهبته التجارية.

 لم يسبق لي أن قلت لك هذا أبدأ، ولكتني معجة بتفنيتك في البيع. لا يفاجئني أن تكون الأول في الفريق!

توردت خداه تحت تأثير المجاملة. لم يسبق لي أن رأيته على هذه الحالة! قال بصوت رزين:

- كاميل، لم أكن لطيفا معكِ على الدوام... أود أن أعتذر عن ذلك من فضلك...

أنت تعرفين ما معنى هذا، يريد المرء أن يتظاهر بالشقاؤرة أمام زمالاته وينتهي به المنطاف بأن يقع هو بنفسه ضحية لعبته هذه. في الحقيقة، لطالما وجدتك مقدامة للغاية في عمل كل شيء وأنت تهتمين في الوقت ذاته بابنك... حقًا!

حان دوري آنذاك لكي تتورد خداي خجلا. وفعنا الكلفة بيننا بابتسامة صادقة وانقضي ما تبقي من وقت الغداء أكثر خفة وبساطة بكثير. كان لديه شغف بمجسمات الطائرات وأطلق طائراته الصغيرة. كانت عيناه تلتمعان كطفل حيدما كان يتحدث عبها. كما أسر إلى بملله وضجره من هذا العمل أحيانا وشعوره بأنه قد أدي دوره فيه وافقتاره في الوقت ذاته للطموح لكي يجرؤ على تغييره. انتهى بنا المطاف إلى الحديث عن عائلتينا وتفاجأت بأنه كان قد انفصل في السنة السابقة عن زوجته وعلمت كم كان ذلك قاسيا بالنسبة إليه، وخاصة انفصاله عن أطفاله...

- أنا آسفة، لم أكن أعلم...

- لم أتكلم عن الموضوع مع أحدٍ في المكتب.

الآن، أنا من أنظر إليه نظرة جديدة، خجلة بعض الشيء من حكمي المتسرع وغير الدقيق عليه. لا شك أن مراجه السرح قد ساعده كدرع لكي يأخذ مسافة ما وأن لا يدع أي شيء يتسرب الينا عن جرحه الشديد. ومع ذلك، كم كان يسكننا أن ننخدع بشأن الناس لعدم إبداء اهتمام حقيقي بهم ولعدم قضاء وقت كافي لكي نعرفهم أكثر! بقليا من البحث، اكتشفت في هذا الرميل في السكتب والذي كان يترك في انطباعاً

وكأنه قفذ جاهز على الدوام لأن يقذفني بإحدى أشواكه، اكتشفت فيه إنساناً حساساً أو بالأحرى جذَّاباً.

خرجنا من المطعم مشبعين بالكلمات والأحاديث.

قال لى ببساطة:

- لقد أراحني الحديث معك وجعلني أحسن حالاً.

- نعم، هذه لحظة سعيدة. هل سنعيدها؟

- نعم، سوف نعيدها.

أفرج لي عن ابتسامة واسعة. وهذا أمر آخر اكتشفته أيضاً في ذلك اليوم: ابتسامةً فرانك.

لم يسبق لي أن تبلّك يداي بهذا القدر منذ فحوصي الشفهية النهائية في أثناء الدراسة. كان لدي مرعد في عبادة كلود لإجراء عملية جرد وتقييم لأربعة أشهر. نعم، لقد مضت أربعة أشهر منذ أن بدأت بنفيذ برنامجي الذي أسميته برنامج «الفراشة». حتى تلك اللحظة، كانت لا ترال الشريقة ملتصقة بجسدي. ولكن التحول كان جارياً وكنت قد بدأت أشعر بأنبي أصبحت شخصاً مختلفاً بعض الشيء. أحسست بأنبي قد عشت هذه الأشهر الأربعة على نحو أكثر كتافة من السنوات الخمس التي سبقتها! كنت أجد في نفسي تجديداً للطاقة لا يصدق وحدة ذهبية مترايدة. ربما سوف يفسر كلود الظاهرة بزيادة الأندوفين وهرمونات أخرى والتي ترداد نسبة إفرازها مع التفكير الإبابي والإبتسامة وشعور المرء بأنه عاد وأصبح سيّد نفسه...

- استقبلني بحرارة.
- هل أنت بخير؟
- نعم، أنا بخير، يا كلود. لدي انطباع بأن الأمور تتقدم إلى الأمام وتتحسن!
- جيد. سوف نقوم بعملية جرد وتقييم تقدم في تحقيق أهدافك. هل توافقين على
 ذلك؟
 - تعم، نعم،
 - دعينا نرى في البداية أهدافك الجسدية. هل جلبت لي دفتر التزاماتك؟

-نعم، ها هو.

ناولته بعصبية الدفتر الصغير ذي نوابض حلزونية.

في المربعات التي وضعت فيها إشارة، تحققت الالتزامات:

الابتسام لعشرة أشفاص على الأقل في كل يوم.

الاعتناء أكثر بنفسى (عناية جسدية وعناية جمالية) وكذلك بمظررى

الغارعد ، واختيار مظهر مناسب لنطور شخصيتر ،

- لقد لاحظت بأنك قد طورت تماما هذه النقطة، يا كاميل، أهنئك!

فقدان أربعة كيل غرامات من الرزين

مربع لم توضع فيه اشارة.

- دعينا نرى هذا الأمر في الحال...

أشار لي إلى ميزان ودعاني للصعود إليه. بلعت ريقي خشية من النتيجة. - 54.8 كيلوغرام. لقد فقدت 4.2 كيلوغرام من وزنك. أحسنت با كاميا! بمكنك

الآن أن تضعى إشارة في المربع!

يا للبهجة! لقد فقدت أخيراً وزنى الزائد!

تابع كلود تفحص قائمتي.

مهارسة البوغا غير البرثية فر كل مكان.

مربع وضعت إشارة فيه.

اختبار الابتكار الغرامي.

- هل كتبت «جارى الاختبار»؟

تنحنحت قليلا، ثم شرحت له:

- نعم، أنا الآن أجرب أشياء مختلفة. ولكن سيباستيان لا يبدو بعد منفتحاً على هذا الأم مائة بالمائة...

- هذا أمر طبيعي. لا بد أن كل هذه التغيرات قد خلقت لديه شعوراً غريباً. ثابري بلطف، أنا متأكد من أن هذا سوف يؤتى ثماره...

- سوف نړی!

- ومفكرة التفكير الإيجابي، هل استطعت أن تحتفظي بها بانتظام؟ - نعم، ها هي.

تصفح كلود الفهرس الذي كنت قد دونت فيه ذكرياتي الممتعة الجديدة:

غ: موعد غداء ناجح مع فرانك، عدوى اللدود السابق فى المكتب. و: وليمة لكل العائلة مع وجبة طبخ شربية.

إ: إغراء. حيث تقرب أربعة رجال منى لأنهم وجدوني فائنة.

ل: لعبة جساعية مع أمريان. وكانت لعظة تشارك حقيقية!

إ: إزهار، حيث تفتيت زهرة جديدة في شجرة الورد خاصتي!

- كاميل، أنا حريص على أن أقول لك بأنني فخور بك! أعتقد أنك تستحقين هذا بجدارة...

فتح درجا وناولني العلبة الجميلة المغلفة والمزينة بالشريط الملون والتي باتت مألوفة الآن. فتحتها وأنا متأثرة واكتشفت فيها قلادة شارمس جديدة: مجسم زهرة لوتس خضراء اللون هذه المرة والتي علقتها في سلسلتي التي كانت تضم القلادتين الأخريين. لقد تجاوزنا مرحلة جديدة أيضاً! الحزام الأخضر للتغيير... كان ذلك يبدأ بأن يصبح المرء جادا. أهديت كلود ابتسامة هادئة ورزينة -ابتسامة شخص نضج كثيرا في وقت قصير-، ولكن في داخلي، كانت عبارة عن ضحكة مجلجلة. كنت أرغب في أن أجري في الشارع وأن أقفز إلى رقبة المارة وأن أخرج أبواق الفوفوزيلا")، شعرت بالفرحة نفسها التي شعر بها ابني حينما نال درجة A في الإملاء. ربما سأهرع وأشتري لنفسي كيس من الكرات الزجاجية الصغيرة للعب أو أن أعب زجاجة شمبانيا بهذه المناسبة...

أعادني كلود إلى أرض الواقع.

- لقد بدأت بداية جميلة في هذا الدرب، ولكنك لم تبلغي بعد نهاية الطريق! إذا أردت فعلا أن تنجحي في ذلك، أقترح عليك أن تعملي لبعض الوقت على أهدافك

⁽¹⁾ فوفوزيلا: عبارة عن آلة نفخ تستخدم عادة في ملاعب كرة القدم في جنوب أفريقيا -المترجم-

المقبلة. اتفقنا؟

أبديت موافقتي بإيماءة من رأسي. بعد ذلك بساعة، كنا نقرأ معا القائمة الني انفردت أمامنا:

> الإستشرار فى القبام بسيارسات مناسبة ليزيد من التأقلم والانسجام. متابعة استعادة سيباستيان غرامياً.

> إزالة التوثر في العلاقات مع أمريان. فرض النظام ولكن في الوقت نفسه تطوير علاقة منسجبة.

> توضيح مشروعى الجديد فى العياة الهيئية. مدامة الجدوى منه ومبل وضع موضع التنفيذ. الانتقال إلى التعقيق والتنفيذ.

ثم تنفست عميقاً. على الرغم من أنني كنت أقفز فرحة، قبل بضع لحظاتٍ مضت! لاحظ كلود فتور همتي، فكر قائلا:

الثقة يا كاميل. تقول الحكمة القديمة بالمثايرة والصبر يصبح ورق التوت حريرا.
 استمري في التركيز، التزاما بعد التزام ومهمة بعد مهمة.

- شكرا كلود، أشكرك بحق على كل ما تفعله من أجلي!

صافحني بحرارة وقد بدا عليه بوضوح بأنه سعيد بستابعة ما أحققه من تقدم. كم من الناس كان لديهم الحافر كما هي حاله لكي يساعدوا شخصا آخر في تلمس طريقه والسير فيه والمراهنة على فرضية ناجحة لكي يأمل في أن يكافأ لدى عودته؟ وجده طوباويا بعض الشيء، ولكن في أعماقي، وجدته رائماً وباهراً...

بشجاعةٍ وإقدام، واصلت يوماً بعد آخر تطبيق نصائح وإرشادات كلود. حفظت الآن عن ظهر قلب «الممارسات الجيدة» لكي أكون إلى جانب الحلقة الفاضلة. ولكن مثلما كان يقول لي غالبا، الأكثر أهمية لمى أن نعرف وإنما أن نفعل! لم يسمح لنفسه أبدا أن يتاهى بفوائد ومزايا الانتظام والمثايرة...

في نهاية الشهر الرابع ذاك، اتنابي شعور بأنبي قد عبرت عتبة مهمة وحاسمة: بدأت فعليا أحبد طريقتي الجديدة في الحياة وتناول الطعام والحركة والفكير... لقد لمست لمس اليد ذلك التصالح الشهير بين الجسد والروح والذي تتحدث عنه بإسهاب العلوم المشرقية. كانت الدقائق القليلة التي أمضيها في معارسة اليوغا وحركات المرونة أعادت اتصالي على نحوٍ جيد مع جسدي. الجسد الذي، مثلما يقال، لم أكن أقيم فيه حقاً فيما مضي. انتهى في المطاف إلى أن أعجب بهذه الحركات، بل والسّمي إلى الأحاسيس التي كانت تقيرها في داخلي.

حينما كنت أمشي في الشارع، كنت أتخيل للحظات أن جسدي بمثابة صلة وصل بين السماء والأرض وأشعر بنفسي مرتبطة مع الكلّ الكبير المحيط بي ولست عنصراً معرولاً، تائها في الطبيعة. أدركتُ إلى أي درجة كنت قد انقطعت عن أحاسيسي ومشاعري، ولكنني عاقدة العرم من الآن وصاعدة على أن أقيم في الحاضر. لقد انتهى الومن الضائع في تأمل الماضي أو في التألم للمستقبل. كم كان ذلك مريحاً! كما أدركت الدور الذي يمكن للطبيعة والأكسجة أن تلعبانه في تحسين صحي الجسدية والنفسية. أنا التي ترعرعت وسط الإسمنت والطوث، كنت مقتمة بأنبي لم أكن أحب الطبيعة: كنت قد كرّتت في نفسي فكرة خاطئة عن هذا الأمر، متخيلة بأن الملايين من البهائم الصغيرة تزخف أو تطير في المساحات الشّامعة الخضراء والصامتة، في ضجر مميت، إن إعادة الارتباط والنواصل مع السيدة الطبيعة منحتني راحة لا يرقي إليها شاك. لم أكن لأفكر قط بأنبي أستطيع أن أستخلص هكذا طاقة عجبية تضعها الطبيعة تحت تسرّعا!

ذات يوم، قرر كلود أن يعلمني الإيكينانا، وهو فق ياباني لتنسيق الوهر وتربيتها وتربية الزهور يوفر الاسترخاء والراحة من خلال إقامة حوار صامت مع الطبيعة. فانطلقنا في رحلة ريفية بين الحقول، وفي أيدينا مقص البستاني، لكي نقطف بعض الباتات السلهمة. ومن ثم انشغل، تحت إشرافه وبعوجيه مه، بتأليف «قصيدة نباتية» بحثا عن توازن مقض وبارع للأشكال والألوان.

أنا التي لم أعصَص أبداً وقت لكي أجلس مسترعية، أصبحت أمضي الآن عدة دقائق في اليوم في النأمل أمام ركن الشمعة المعد للنأمل والمستوحى من توكونوما اليابانية التي هي عبارة عن ركن مرين بنقوش يابانية ويضم تشكيلة من زهور الإيكيبانا وكذلك أشياء رمرية متنوعة من قبيل الشمعدانات والصائيل واللوحات الفنية... كنت قد وجدت الركن المثالي في البيت، وهي عبارة عن زاوية ميتة في نهاية الممر، لم نكن نستشمرها في شيء. وضعت على الأرض مرهرية طويلة ونظفتها لكي أضع فيها إبداعاتي في مجال زهور الإيكيبانا. وعلى الجدار، ثبت ثلاثة رفوف مكعة الشكل ومصممة بأحجام مختلفة. وقد احتوي كل منها أشياء رمزية ملهمة: في الصندوق الأول، تمثال ضاحك لبوذا بجانب بطاقة بهدية جميلة كتبت عليها مقولة: «الحرية هي أن تفعل ما تحب؛ والسعادة هي أن تحب ما تفعل»، في الصندوق الثاني، شمعة جميلة وكنبي الثلاثة وشمنا نحن الثلاثة وتمثال صغير المفصلة آنذاك، أما في الصندوق الثالث صورة عائلية تضمنا نحن الثلاثة وتمثال صغير للإله الهندوسي الطيب والمبحل «شيفا» والذي غالبا ما يقدم على أنه «واهب السعادة». كانت بعض الوسائد الملونة والمصفوفة على الأرضية بطريقة جميلة تدعو إلى وقفة عذبة وتأملية.

وهكذا، حيما كنت أشعر بأني متورّة وأعاني من الضغط العصبي، كنت أمنح لنفسي بضع دقائق من السلام والهدوء في ذلك المكان، وأنا أحدق في لهب شمعتي إلى أن أشعر بأنبي قد نست مغناطيسيا.

كان هذا التغير في فلسفة الحياة يغذيني من الداخل وكنت، أسبوعاً بعد آخر، أجد نفسي أقل فلقاً وتوقّراً بكثير. كما أنسي أدركت بأنسي، في السابق، كنت أميل إلى تركير تفكيري على مغصات حياتي... ومن هنا كانت تأتي كآبة مومنة!

كان كلود قد أعطاني ترياقاً مضاداً لهذه الكآبة: أن أعيش كل يوم لحظات من الامتنان. فكنت أستيقط كل صباح وفي ذهبي الشكر على ما أنا عليه، كما كنت أنام في كل مساء على الحالة نفسها. شكرا لأنه لذي ابن في صحة جيدة ولدي سقف يأويني ولدي وظي ولدي سقف الويت في سلام... شكرا لأنه لدي شريك إلى جانبي لكي يحبني ويقدم لي الدعم والمسائدة. كما اعتدت على تقديم الشكر على أشياء أكثر تقاهة: فنجان من القهوة يتصاعد مه البخار في الصباح الباكر، كيكة بالنفاح أتقاسمها مع أفراد عائلتي، شماء شمس قرب بحيرة...

كما احتفظ في ذهبي يفكرة أن أعسي، كل نهار، بالأشياء كما بالناس من حولي. مثل اعتباء المرء بنبة وبحيوان وبنفسه وبأحبائه الأعراء، ولكن أيضاً بكل شخص يصادفه في طريقه والذي قد يكون بحاجة إلى ذلك الاعتباء. «لا يعيش المرء إلا بقدر عطائه»، هكذا همس لي كلود، ذات مرة، بجدارة. كما أنه أرسل إلى كتابا حول أفكار الدالاي لاما لكي أقوم بتغذية تعيري الذهني. وكان قد حرص على أن يشير إلى بعض المقاطع بقلمه من طار ساليلو.

تركت بعض الجمل في أثرا أكثر من سِواها، ومن بينها، هذه الجملة:

«من خلال تنمية الإيثار والحب والحنان والعطف، نقلل من الحقد والرغبة والفخر». كانت هذه القيم تلقى بصداها في داخلي، ولكن من خلال التسبب والإهمال، كن قد أهملتها خلال هذه السنوات الأخيرة... وكان السر هو عدم العوقف قط عن المسارسة. وأن أفكر فيها كل بوم. من دون ذلك، يعود السرء إلى ميوله الأولى والي طبيعه الأساسية! وكذلك هي العادات السيئة أيضاً...

كنت أحب هذه المقولة كثيرة:

«البعض ينظرون إلى الطين في قاع البركة وآخرون يتأملون زهرة اللوتس على سطح الساء، يتعلق الأمر بخيار».

هذا تفسير وتوضيح جميل للرؤية التي قد يعتلكها أناس مختلفون للحياة. شيئاً فشيئاً، أدركت ماهية ما كان يننى السعادة: لم يكن واقع أن ينخرط المرء في علاقة غرامية أو في عائلة أو عمل ذى أهمية كبيرة!

أما فيما يتعلق بما يعطي معنى للحياة، فيبدو لي الآن بأنه هو أن يعرف المرء كيف يعطى أفضل ما لديه من خلال استخدام مزاياه العميقة، العزايا التي تؤسس هويتنا الحقيقية. أن يكون المرء نافعاً فيما يفعله وأن يكون طبياً مع الأخرين... ألم يكن ذلك مفتاح الازدهار؟

يمكن للبعض بأن يتذرعوا بأنهم ليسوا نافعين في أي شيء، بل وأنهم سيئون في كل شيء. لدي الآن القناعة بأن الذين يفكرون بهذه الطريقة، لديهم كميّة مفرطة من السموم في أذهانهم. الخبر السعيد هو أنه من الممكن تماماً أن يزيلوا تلك السموم من عقلهم لكي تستيقظ فيهم طاقة التمية. لدى جميع الناس مرايًا خاصة. يكفي أن يتم تحديدها ومن ثم تسيتها. يحصل المرء حينها على جوهر ما يمكنه تقديم أفضل ما في نفسه، وهو كنر أكثر قيمة من كل الذهب الأسود في العالم.

كنت أفكر في هذا الأمر، حينما تلقيت رسالة من كلود ألقت بصداها في أفكاري: صباح الخير كاميل!

> في برنامجك للأسابيع الثلاثة المقبلة، أفكار إيجابية وإيحاء ذاتي وتأمل... لديك بعض العمل الإضافي لتقومي بإنجازه! ولكن هذا السبب وجيه، اليس كذلك؟

. ألت:

كاميل.

لماذا ثلاثة أساسع؟ أجابني على الفور:

هذا هو الحد الأدنى من الوقت المطلوب لكى يتم التغيير ويبدأ يصبح عادة...

وكان قد أرسل لى مع الرسالة طرداً صغيراً. فككت بطريقة عصبية غلاف الطرد وأخرجت على عجل الشيء من شرنقته الورقية الصفراء. كان نوعا من علبة ملبس زجاجية شفافة، جميلة جدًّا ولكنها تركتني في حذر! كان كلود قد دس فيها لفافة من ورق. رفعت غطاء العلبة وأمسكت بالرسالة. كان النص يغطى صفحتين.

ها هي حصالتك... ستكون بيثابة حصالتك البضادة للاجترار وللأفكار

السلبية. البيدأ؛ ضع بورو واحدا فيها في كل مرة انتابتك أفكار أو أقوال سلبية أو عقيمة. لا يسعني إلا أن أتبني لك بأن لا تصبعي ثرية عبر هذه الطريقة الملتونة!

سوف لن أكرر لك هذا أبدأ بما فيه الكفاحة: إن للتفكير الارجام تأثير حقيق على جسدك ونفسيتك، لقد يرهنت دراسات في غابة البرية والرصائة على ذلك! البك هذا البشال... إنها تجربة أجربت من قبل علما... لقد ملاوا بالكبية نفسيا من التراب إناس بقارب حجب كل منهما حجم طبق حلوى. ثم زرعوا في كل إناء ثلاث وعشرين حبة من بذور العشب الأخضر مع إضافة الكبية نفسها من الأسدة إليها. وضعوا الإنابين في بيت بلاستيكي بعيث لا يبعد أحدهما عن الآخر لكي يتأكدوا من أنهما يتلقيان الكبية نفسها من ضوء النسب وحرارتها في اليوم ويتبتعان بالظروف البناخية نفسيا خلال فترة إنتاش البذور، كان الاختلاف الوحيد هو الآتي: كان الباحثون. كل بدوره، ولتلات مرات في اليوم. يعلسون أمام كل إناد. أمام الإناد الأول. كان البالي يتقوم بكلمات ملبية ويتشن هجمات الفقياة... الخارا موف لن ينبث هذا أن تمن. موف فن يعرث أى تمن. أبدا موف لن يعطى هذا عشبة. أنك مثاق في الذيول والدوس...». أمام الأصيص الثاني، كان تصرف بيشترى بالذيول والدوس...». أمام الأصيص الثاني، كان تصرف الباحث. على العكس ما كان في العالمة الأولى، فاشا على الفقة وكانت كلماته لطيفة. لم يقل سول أثنيا، إيجابية جماً حول الإنبات واحتمال رقية نبو العنب الأخض. أنا مثليف كثيرا إلى رؤية هذا العنب وهو يتبو، موف يكون هذا مدهنا وامتثنائيا؛ المطفى جميل والعرارة في زراعة البنائ... كل ما أزمة بالمؤرث العامل. كن رزاعة البائل...

بعد مرود تلانة أماييم، نشرت صورة للإثانين في معلة تابيز الشهيرة، غنى عن البيان أن أخيرك بأنه لم ينبت من الإثاء الأول الذى عرض للتطبيات السليبة لحرق نبتتين أن تلوث. على العكس من الإثاء الثاني الذى امتلاً إبالتب الأخضر، عنسب أخضر دائل ومتجذر عبيقاً في التربة ومتين وتوى وعال، هل فيهست ثلاث. يا كاميل؛ لللمائنا ترددات. وكذلك تصرفاتنا. إذا كان ليما هذا التأثير على البدور-تشغيلي مدى فدرتها على التأثير في المكاشئات البشرية ولهذا السبب على العر، أن يهتم بحواره الداخلي مثلنا عليه أن يكون صريصا على أمارية المغارجية. لماذا لا نبدأ منذ اليوم!

تأثرت بهذا البرهان وأصبحت مستعدة تماماً لكي أحاول أن أنغير. ولكنني كنت أخمن الصعوبة التي قد تواجهني بسبب ما تطبعت عليه منذ زمن طويل على رؤية ما هو

سلبي أكثر مما هو إيجابي والتعبير عنه. كان كلود قد حذرني: تماما كما على الرياضي الذي يرفع الأثقال أن يتمرن يومياً، فإن إعادة البرمجة الذهنية تتطلب مثابرة وجهداً. ناهيكم عن اليقظة والحذر. لأن الذهن سرعان ما يستعيد عاداته القديمة السيئة، إذا ما خففنا الحراسة عليه! فعاهدت نفسى على أن أضاعف درجة اليقظة ووضعت حصالتي في مكان مرئى جيدا على المكتبة، في الصالون، وقلت في نفسي بأنه سيكون من الممتع والمسلى أن أقترح على رجلي أن يشاركاني في التجربة.

أعجبت الفكرة أدريان كثيرا.

في صباح اليوم التالي، بعد ليلة مؤرقة، توجه سيباستيان عبوسا، نحو النافذة... - أوه كلا! يا له من جو فاسد، إنه يسبب الإحباط النفسم!

لم تكن هناك حاجة حتى لكي أتدخل. فقد فعل أدريان ذلك نيابة عني. صرخ مبتهجاً بمباغتة والده وهو في حالة تلبس بجريمة التعليق السلبي: - بابا! يورو واحد!

بدأ سيباستيان بالتذمر، ثم توقّف على الفور، مدركة بأنه كلما احتج واعترض أكثر، كلما كان عليه أن يضع المزيد من القطع النقدية في الحصالة.

- كلا، كلا، كلا، سأتوقف! ليس لدي الرغبة في أن انتهى بالفقر المدقع! وجاء يقبل بحنان حارس تفكيره الإيجابي.

أما أنا، فقد كنت أبذل كل يوم ما بوسعى وأفرغ جهدي في ممارسة التفكير والإيحاء الذاتي الإيجابيين. وفي تغيير صياغة جملي وصياغتها بطريقة إيجابية لا سلبية. ليس في صيغة المبنى للمجهول، وإنما في صيغة المبني للمعلوم. رياضة رشاقة ومرونة حقيقية للدماغ!

كنت قد طبعت حكاية أسطورية قصيرة كان كلود قد أرسلها إلى وكنت أعيد قراءتها غالبا. كانت عبارة عن حكاية رجل راح يبحث عن حكيم لكي يتعلم في كتفه. - أخبرني، وأنت الحكيم، ماذا يوجد في عقلك؟

- في عقلي، هناك كلبان. أحدهما أسود والآخر أبيض. الأسود هو كلب الكراهية والغضب والتشاؤم. أما الأبيض فهو كلب الحب والسخاء والتفاؤل. إنهما يتعاركان طيلة الوقت. فحر، التلميذ قلملا؟

- كليان؟ كليان بتعاركان؟

- نعم. عمليا، طيلة الوقت.

- وأيهما يغلب الآخر؟

- الذي أقوم بتغذيته أكثر.

كان من الواضح بأنه منذ سنوات، باتت أفكاري تشبه سربيروسا" أسرد أكثر منه بيشونا⁽¹⁰ مالطيا جميلا؛ ولكندي كنت عاقدة العرم على أن أغير السنجل الكلبي لعقلي. أضاف كلدد لذ قالت الطاملة أصلا مما أقد كان علم التاعد، هم مستحد مه

يسون المانفين جعيد، وبحدي تنت عادة عادرًا على الأطلاق المانفية على المانفي معلى. المانفي المانفي على المانفي المانفي على غرار المحكمة المفتلة لدى الإسراطور أوغست: استمجل بيطه، بنا أنه كان لدي، على غرار الكتير من الأشخاص الأخرين، الهوس الموزعج في الخلط بين السرعة والتسرع. في المنازات الأخيرة هذه، كنت قد أمضيت وقتي في قعل كل شيء بسرعة وعلى نحو سيئ مثل ذبابة محصورة في قدهمها، وفي إثارة نفسي بلا حدود وعلى نحو مفرط، وفي طرق رأسي بواجهات الوجود، لعدم منع نفسي الوقت لكي أرتاح وآخذ استراحة صحية.

فحضضتُ نفسي على أن أقوم بكل شيء في حياتي بسرعة أقل. وألا أستسلم بعد الآن لديكتاتور السرعة. أن أتصرف وأعمل، نعم ولكن من دون ضغوطات عبيّة ومن دون استعجال لا جدوى منه. وهذا هو كل الاختلاف بين الشغط الحميد والضغط

السم

كنت أحاول أن أتحرك بهدوء في الكتب، حيدما تلقيت رسالة جديدة من كلود. أعطاني موعد غامضا -موعد آخر!-، يوم الأربعاء المقبل. عنوان في شارينتون لو بون. قال لى فقط أن أجلب معى لباس السياحة ومنشفة.

لباس سباحة؛ ولكنني لا أرغب حقًا في أن أقطع خمس عشرة جولة في المسبح!

⁽¹⁾ سَربيروس: حيوان أسطوري ذو ثلاثة رؤوس يحرس باب الجحيم. -المترجم-

 ⁽²⁾ بيشون: كلب أبيض اللون، كثيف الشعر، قصير القوائم، يعيش عادة داخل المنازل.
 -المترجم-

كنت علمى شيءٍ من التذكر -ولكن، التزاما باللهب النظيف، كنت قد وضع يورو واحداً في الحصالة -حينما وصلت يوم الأربعاء إلى مكان الموعد. وعلى النقيض مني، بما كلود في كامل لياقته وحيويته ونشطأ جداً. تري أي مفاجأة أخرى يخبتها لي؟

لم أتأخر في اكتشافها. لم يكن قد دعاني إلى مسبح عادي، وإنما إلى مركز متخصص في الغوص إلى قاع البحر. حينما فهمت الأمر، أخذ قلبي ينبض بسرعة كبيرة. أوه، إنه فغ! ومع ذلك لم يكن يذهب...

أجل، كان يذهب!

حاولت أن أحتج وأن أتملص من الموضوع مغذيمة بأنبي لم أعند على ممارسة التوقف عن التنفس، وبأنبي لا أدري أيضاً إن كنت سأستطيع الصمود لعشر ثوان متنالية، ولكمه أوال خوفي بحركة واحدة وأوجر لي الثمرين: كان هذفه أن أعي أهمية تنفسي لكي ارشد انفعالاتي وأيقي مسيطرة على ذاتي في كل الظروف.

حسنا... لقد رأيت الفكرة العامة، ولكن هل كان يجب حقاً أن أمر بهذه التجربة المتطرفة؟ من الناحية الظاهرية نعم، فسرعان ما انضم إلينا مدرّب ومعه جميع المعدات، وفي أقل من الوقت الذي كن أحتاجه لكي أقول «قف!»، وجدت نفسي محملة بجهاز تقبل جداً كان استخدامه بيدي أشبه باللغة الصينية في ذهني. شوّش تصاعد للتوزر والضغط النفسيّ دماغي؛ وعانيت أكبر صعوبة في فهم وجفظ تعليمات المدرّب، وخاصّة حركاب التواصل التي ينبغي استخدامها تحت الماء. إذا كان كلود قد تخيّل بأنبي سوف ألهب دور جنية البحر، فهو يخدع تماما. من ناحية الظرفة والرشاقة، فكنت أشبه بفيل البحر الذي كبر في الصحاري. أما بالنسبة إلى هيئة وجهي، فيوجود المنتظم الذي كان يسيط فمي وشعري لإنشعث عثل المجسات، كان يشبه ميدوسا (قديل البحر) وشعرها الشبيه بالأفاعي أكثر من اريل (حوية البحر) اللطيقة في أفلام الرسوم المتحركة.

على كل حال، أضحك منظرى كلود كثيراً. حاولت أن أركله ركلة خفيفة بقدمي، لكي أنتقم من كرامتي التي أهينت، لكن المياه أبطأت كل حركاتي. لا بد أنه قد شاهد العبوس يرتسم على جبيني من تحت القناع، ولكنه لم يبالي بالأمر. سألني بكل بساطة من خلال الإشارة إن كان كل شيء على ما يرام. هززت كتفي لكي أبدي استنكاري. ولكن بسرعة شديدة، سحبتني شاشة المراقبة إلى القاع وابتلعتني التجربة بالكامل. في البداية، كان قلبي يدق بسرعة كبيرة، بسبب الخوف والرهبة. كان على أن أرغم نفسي على التنفس بهدوء لكي تستقرّ حالتي ولا أعرض نفسي لخطر التسارع المفرط في التنفس. ومن ثم أدركت -عرفت بالتجربة- بأن التنفس هو سيد اللعبة لكي أقود وأوجه تقدمي تحت الماء. بعد بضع محاولات غير مثمرة أو ذات نتائج غربية، بدأت أدير المسألة على نحو أفضل، بل وانتهى بي المطاف بأن أقلد الأخطبوط: وسواء صعدت أو نزلت لا شيء سوى أن أتحكم بتنفسي، مفتونة بالإحساس بانعدام الوزن! تحققت من صحة وسلامة ما كانت شاشة المراقبة قد أخبرتني به قبل لحظة، أي أنه من خلال قيام المرء بتغيير سعة الرئتين، يعدل من درجة طفوه، وبالتالي يصبح تبعا لذلك أثقل أو أخف وزنا. وبهذه الطريقة، استطعت أن أصحّح بسهولة وضعيتي تحت الماء، وذلك مر خلال بذل أدني جهد.

في نهاية الحصة التدريبة، شعرت حقاً براحة كبيرة، بل وتجرأت على القيام ببعض الوثبات بالقفز على جدران حوض الفطس. هل كان ذلك بسبب الريادة الكبيرة في الأوكسجين؟ كن مفتيطة!

حينما خرج كلود من غرفة تبديل الملابس، سأل:

- ما رأيك، هل كان ذلك جيدا؟

- رائع! ولكن كان يمكن أن تنبهني!

ضربته بمرفقي لكي أزيل عن وجهه تلك التعابير الساخرة.

قال ضاحكاً:

- أي! ربما كانت خسارة كبيرة لو أننا فوتنا هذا الأمر! كنت ساحرة كجنية بحر المسابح!

قطبت له وجهي لكي أعاقبه على إغاظته لي.

- لو أنني أخبرتك بما خططت له، هل كنت ستأتين؟ كلا، أليس صحيحاً؟ - أجل، هذا صحيح...

. خرجت من المنشأة أكثر افتخاراً مما كنت عليه حينما دخلت إليها. كانت لحظة سوف تريد عدد ذكرياتي القوية والمدونة في مفكرتي الخاصة بالنقاط الإيجابية...

بينما كنا ننتظر الحافلة لكي نعود إلى باريس، اقترح على كلود أمرأ.

لعند لدقيقتين إلى الدرس المستخلص من هذه النجرية: حيسا تكوين في لحظة من الضغط والوتر العصبي، ركزي على تفسك وقد كري لحظة الغطس تحت الماء تلك. الهدوء تحت الماء، السكية، التحكم بالتنفس، السيطرة على الذات... حتى خلال نهار طبيعي، كوني على بينة من تفسك. احتفظي في ذهنك بأن التنفس الجيد لا يأتي فقط من الشهيق، وإنما بالقدر نفسه من نوعية الرفير أيضاً. إذا ما زفرت جيداً من الأعماق، فإنك تمنحين فرصة وإمكانية لرئتيك لكي يستلا فيما بعد بهواء جديد، وبالتالى أكثر فائدة لأعشاء جسمك!

- في الواقع، يجب أن نعرف هذه المعلومة...

- ها أنت الآن تعرفينها!

مشبعة بتعاليم وإرشادات كلود، دأبث، يوماً بعد آخر، على أن أصبح أكثر حضوراً في ذاتي مع احتمال أن أباعت نفسي في حركات يومة. كان تنظيف أسناني بالفرشاة أو التعبير بصراحة تامة عن آرائي يشكلان تجارب جديدة في غاية الأهمية ويزيدان من حدّة حساسيتي. والآن أصبحت أفهم على نحرٍ أفضل معنى عبارة «العيش حالماً». صحيح أن المرء يستطيع أن يعشي وقته كما لو كان غائباً عن ذاته، مع الشيجة المؤمشة بأن لا يكون أبداً في المكان الوحيد الذي يؤخذ بالحسبان: ها والآن.

مساء ذلك اليوم، كان كلود قد أرسل لي برسالة هاتفية قصيرة مع عبارة أعجبتني

اليوم هو هدية. ولهذا السبب نسميه «الحاضر».

ولكن كلما كنت أصبح واعية، كلما كان يصعب على أن أرى المحيطين بي وهم يواصلون حياتهم بطريقة باتت تبدو لي من الآن فصاعدا طريقة سيئة.

ولذلك، صرخت ذات مساء:

كثيرة:

- آه، كلا، يا سيباستيان! لا لوضع الحاسوب المحمول على الطاولة! لم يعد هذا يحتمل! أصلا لم نعد نراك كثيرا، حتى وإن كنت في البيت، أنت لست هنا...

- أجل، أنا هنا! اعذريني. بكل بساطة، أنا أنتظر ردًّا عاجلاً وهامًا بشأن العمل، لا تنوعج... - يكفى أن أقول بأنك بالكاد تنتبه إلى ما تأكله...

- هذا ليس صحيحاً! من يزرع هذه الأفكار في رأسك؟ أهو معلمك؟

تنفسي بهدوء. لا تدخلي في اللعبة... لا تنزعجي... كوني لطيفة... - بالضبط! حتى أنني الآن أعمل بوعي كامل، تصور! وهذا يغير الحياة.

رد ساخر!:

د ساحر:

- لا أطلب سوى أن أرى ذلك.

- حسنا، أوافق على اقتراحك. سوف أقترح عليك بالتحديد عما قريب تجربة مثيرة... - حقا؟ وما هي هذه التجربة؟

- سوف ټي!

لم أقل شيئا أكثر من هذا. أردت أن تكون المفاجأة كاملة.

كنت أستلهم من منهج كلوه، الذي يستند إلى التجريب وقيمته التربوية الرفيعة، وكنت قد عثرت في باريس بعد جهد على مكان خاصّ ومميز جداً كان سيميح لي أن أفهم سيباستيان، بطريقة ملموسة وتجريبية، ما كان يعنيه الوعي الكامل وكذلك الفوائد التي يمكن للمرء أن يكسبها من ذلك. كنتُ في غاية السعادة وأستمتع مسبقاً بتأثير المفاجأة، متخيلة رأسه وهيئته الصغيرة اللاهيّة التي كن أجدها مثيرة جداً.

ولكن في اليوم المحدّد، حينما اكتشف مفهوم المكان الذي قدتُه إليه، ساوره القلق. غمغم بعبوس مليء بالتشكيك بحيث أصابتني نوبة إحباط مفاجئة:

- أهذه كانت فكرتك؟

وماذا لو أن هذه السهوة التي أمضيناها لوحدنا والتي كان من المفترض أن تكون عيدا صغيرا قد تحولت إلى فشل ذريع، حتى قبل أن تبدأ؟

كلا! هذا ليس واردأ!

اجتهدت حينها في رفع معنويات الجماعة:

- هيا، يا سيباستيان، ثق بي! سوف يكون هذا رائعاً، سوف ترى! سوف نضحك

کثیراً.

لكن الجماعة لم تقتمه! بينما كنا ننتظر النادل المخصص لنا، رأيته يدفق بعين شاكة في تفاصيل المدخل الذي كنا ننتظر فيه، محاولاً اكتشاف سر تلك الستائر الثقيلة التي كانت تحجب صالة «أفراحنا» المستقبلية، ستائر كانت تُذكّرنا بستائر تلك الأنفاق التي تغور فيها قطارات الشبح الخاصة بالأعياد السوقية...

وأخيرا وصل فنسن الذي سوف يهتم بنا. أجلسني خلف سياستيان ووضع يدي على كتفيه مثل يُسروع. ثم أمسك بيدئ سياستيان وألزمه بأن يتبعه إلى ما وراء الستائر. دخلنا إلى صالة غارقة في ظلام داسي وثائم. وعندما أقول «تائم» لا تزال الكلمة عاجزة عن أن تعبر عن شدة الظلام. مهما كان سولاح الرسام المعروف بتركيباته الأحادية بالرتف السرداء سيقول بأنها «ما فوق السوداء». قهقه ضاحكا وأنا أشعر في الوقت ذاته بارتماشات في ظهر سياستيان الذي لم يخف ضيقه وترمه.

عنرنا تحسسا على مساند الكراسي التي كان علينا أن نجلس فيها لتناول هذا الغداء في العتمة بلا تبصر. أعترف بأنني أنا أيضاً، في اللحظات الأولى، لم أشعر بالارتياح. غارقة في تلك العتمة التامة والسواد السطلق، حيث لم يكن هناك من حير سوى عمق الأصوات التي كانت تدوي من حولنا، امتلكني بعض القلق والضجر. هل سأفضي ساعين على هذه الحالة، محرومة من أي صورة، منشيئة بهذه الطاولة كما لو كانت طوافة وسط هذه العتمة؟

وسط هذا السواد، بدأتا إذا بسلء بياض الكلمات المرتبكة، الفاقدة لوجهتها من جزاء هذا الوضع الشاذ والأرعن والأعرق مع هذه الشبكة الجديدة للقراءة بالحواس. ولكن من خلال الكلمات والضحكات المفعمة بالحياة التي كانت تصدر عن المدعوين الأخرين، استنجتُ بأن هذا التوعك في العراج لن يدوم من دون أدني شكّ.

لخسن العظ، أراحنا وصول الطبق الأول من الطعام، أبدي فنسن، وهو لا يري، عناية كبيرة وهو يقدم لنا طبقاً مفاجئاً من المقبلات. في هذا العالم الذي لا مثيل له، كنا نعاول بأصابعنا، التى غدت بمثابة عيونيا، وكذلك بحنكنا، اكتشفنا من جديد الجوف الذوقي لفتنا الذي كان في الحالة العادية كوخاً متواضعاً الآن وبهذه الساسية، قصر ألف حليمة و حليمة ذوقية ومعبداً للمذاق والنكهات غير المعروفة. كان حرماننا من الرؤبة يبدو وكأنه يضاعف لغشر مرات القدرات الاعتيادية لمستقبلاتنا الحسية.

- والآن ؟ هل تري ما يفعله تذوق الطعام حينما تُدرك ما تأكله؟

- نقطة لصالحكِ.

-اعترف بأن هذه فعلاً مفاجأة جميلة، اليس كذلك؟ -اعترف بذلك. لقد كسبت الرهان!

كان لأصواتنا ولكلماتنا أيضاً رنينُ مختلف. من دون الوجه وتعابيره وإيماءاته، اتخذ اهتزاز أنفاسنا ونبرات صوتنا دلالة إضافية...

توالت الوجة باستكشاف ذوتي تلوي آخر، تخلّلتها مذاقاتُ ونكهات مختلفة من الخمور التي كان شذاها ينفجر في فسنا. كما أن حواسنا الأخرى أيضاً كشفت عن مواهبها المخلية. يكفي أن نقول بأننا في الأوقات الاعتيادية نستخدم على الأرجع أقل من 70% من امكاناتها! تماما على غار دماعنا...

في الجولة النهائية، شعرتُ بأن سياستيان مستسلم تساماً لمنعة هذه التجرية. كان يعلق بحماسة على ما يشعر به ويحاول أن يصف بأقصى ما يُسكن من الدقة الفوارق بين الأطعمة والخمور وأن يخمن ما هي التوابل والمهارات المضافة إلى الصلصات. كان هذا الوعي يؤثر فيه أكثر مما كنت أتوقعه وبدا أن جلسة إيقاظ الحواس هذه كانت قد منحته الرغبة في معاودة هذه التجرية.

سأل بصوتٍ دافئ وهو يمسك بقطعة خبزي بدل يدي ومن ثم بيدي وهو يقلب كأسي من الخمر:

-تدريب جميل للغاية يا حبيتي، شكرا لك؛ ولكن ألا تخشين بأن يسنحني كل هذا أفكاراً أخرى عن تجارب بكامل الوعي هي الأخرى هامة جدًا وينبغي تقاسمها، امسم؟

ضحكتُ. كنتُ أفهم جيئًا إلى ماذا كان يُلمح. وشخصياً، لم أكن أرى في ذلك عيباً!

كنتُ سعيدة بالتقدم الذي أحققه وبإحساسي بأنني اخيراً أسير وأتقدم على الطريق الصحيح. ولكني كنتُ مع ذلك أشعر في بعض اللحظات باضطراب مرهق، بحالة من الشعوة الغربية التي كانت تجعل نومي مضطرباً وتُقلقُ هدوني وطمأنيتني. بعبارة أخرى، كنتُ مرهقة نفسياً! لم يكن طقس العامل قد ترسخ بعد. كان هيجان الغييرات بوغر ذهبي. كانت أعصابي المحمومة سوف لن تنوان عن كسر المقاومات. كان على أن أرخي الصسامات، تحت طائلة الانفجار. لم يكن يوسعي أن أبقي في هذه الحالة من النور وبالثالي تحدثتُ عنها مع كلود. وقد رأي في ذلك فرصة مستارة لكي يحسسني بغوائد التأمل والتماسك القلبي. كانت مفاهيم مجهولة بالنسبة إلى بطارية كهربائية

" البقاء ساكنة من دون حراك ومن دون القبام بأي شيء، يرعيني هذا النمين! أجد نفسي نكرة وأشعر بأنني أضيع وقتي. كلا، حقّاً إن التأمل لم يوجد لأناس مثلي... - أنب تقولين هذا ولكن هذا عثل ما تبقي من النمارين يا كاميل، سوف تعتادين عليه. لا يزال هناك بضعة أسابيع أمامنا. كانت فكرة أن تمارسي رياضة الجمياز لعشر دقائق يوميا تبدو لك مستحيلة. وكذلك الأمر بالنسبة إلى تناول طعام مختلف! - نعم، ولكن الأمر مختلف هنا: ليس من طبيعتي أن أكون من طائفة ون البوذية!

- لا أحد يطلب منك أن تغيري طبيعتك. وإنما فقط أن تقومي ببعض التغييرات في

حياتكِ اليومية لكبي تنالي المزيد من الهناء والصفاء .

- قد يكون هذا رائعاً بالنسبة إلى أولئك الذين يستطيعون أن يفعلوا ذلك، أنا لا أقول العكس، ولكنني لا ألزم مكاناً، لطالما كنتُ هكذا...

- دائماً لا يمكن أبداً! وماذا لو تخلصتِ من هذه الأحكام القطعية والمطلقة؟ هل تريدين، بنعم أم لا، أن تمنحي لنفسكِ فرصة المحاولة؟

وافقتُ بإشارة من رأسي على الفور، وأنا أشعر بشيء من الخجل، على تعقيد الأمور الى هذا الحد .

 لا تقلقي يا كاميل! سوف تستطيعين القيام بذلك. بكل بساطة، إنها مجرد عادة ينبغي اتخاذها. بعد ذلك، أن يكون يوسعك الإقلاع عنها أبناً. هل تعلمين أن دراسات جادة ورصية للغابة قد أثبتت أن الرهبان والأتباع الأخرين لمذهب التأمل يحظون بأفضل صحة وأفضل نظام لحصانة الجسم ومناعت؟ هذا يستحق تحمل العناء، اليس كذلك؟

- بكل تأكيد، ولكن في هذه الفترة يبدو لي من الصعب جدّاً أن أثبت في مكان... في أنها معالمة والأرماع والأرماع والمراقبة المسلمة والمسلمة وال

- سوف أطرح عليك سؤالاً: هل تجدين أنه من المربع والممتع أن تظلي مرهقة، تحت التوتر هكذا؟

- كلا، على الإطلاق!

- ومع ذلك، لا بد أن هذا يروقُ لكِ أكثر مما تعتقدين، بما أنكِ تشبيين إلى هذه الدرجة بطريقتكِ في الحياة، والتي لا تتركين فيها أي مكانٍ للهدوء وللعودة إلى نفسكِ .

كنتُ أرى بوضوح بأنَّه يسعي إلى أن يُخرجني من حصوني .

فاستسلمت، قائلة:

حسناً، حسناً! أعدكَ بأنني سوف أحاول.

قال لى مع ابتسامة لطيفة:

- لدي كل النقة بقدراتك. سوف ترين، الأمر ليس أكثر صعوبة من هذا الأمر يتعلق فقط بتدريب الذات على الاستسلام للهدوء والصست وتعلم النظر إلى ما يحدث في الذات. ابدئي أولاً، لمرتين أو ثلاث مرات في اليوم، بجلسة للتنفس العميق: التنفس لسبع مراتٍ في الدقيقة الواحدة، ولمدة خمس دقائق. وعلى هذا الإيقاع ترتاح أعضاء الجسم. يمكنكِ القيام بذلك في أي مكان كان، حتى في المترو!

- يجب أن نرى...

- ثمة تمرينٌ آخر في غاية الأهمية وهو الذي أسميه عامل الانسجام: إنه يمزج بين الانسجام القلبي والتصور الإيجابي .

- لا بد أن هذا معقد بعض الشيء، اليس كذلك؟

- لا على الإطلاق! السبدأ الأساسي هو نفسه... اصنعي لنفسك شرنقة للهدوه من خلال انعرائك في غرقة لا يوعجك فيها أحد. اجلسي براحة، مستقيمة الظهر، وتنفسي بهدوه. ثم ضعي يدك على قلبك وتنفسي وأنت تتصورين بأن قلبك ينتفح عند كل شهيق ويفرغ عند كل زفور. ما أن يستقر الهدوه في داخلك تماما، أضيفي تصوراً إيجابياً: ذكري «تبحث الدفء في قلبك»، وحاولي أن تعيشي على نحوٍ مكتف انفعالات وأحاسيس تلك الذكري من جديد. هذا أمرٌ بسيط، اليس كذلك؟

- وماذا لو لم تراود ذهني أي صورة؟

- أنا أقر بأنه في البداية، يمكن لهذا الأمر أن يبدو لكِ صعباً بعض الشيء. ولكني أنصحك بأن تبني تدريجياً فهرساً داخلياً للصور والذكريات الإيجابية. ألبوم للصور محفوظ في الذهن... كلما عملت عليه أكثر، كلما أصبح جاهز أكثر وأصبحتٍ أكثر قدرة على الوصل إليه بسهولة .

- آه نعم، لا بأس!

- ولكنني أعتقد أن أكثر ما سوف يفيدكِ في هذه المرحلة هو أن تلتقي بمعلم حقيقىَ كبير لهذه المسألة...

Ý....

- المعلم فو. سوف أصخبكِ إليه. سترين. بعد هذه الزيارة، سيبدو لكِ كل شيء أكثر وضوحا وجلاءً...

استغرق معنا الطريق ثلاثة أرباع الساعة قبل أن نصل إلى منزل السيد فو. كنتُ

متلهفة لمعرفة هذا الخبير في علم التأمل! بينما كان منظرٌ طبيعي ريفي يمر تحت أنظاري، وكنتُ أتدرَب سرأ على التنفس المنضبط والتصور الإيجابي .

صرخ كلود فجأةً:

- رأيتكِ يا كاميل! - ماذا؟

:.50

أفرخ عن ابتسامة ساخرة.

- منذ بضع دقائق وأنا أراقبكِ سرأ وأراكِ تتدربين!

- و...؟

- لا شيء، لا شيء! هذا ممتاز! تابعي... لا تنشغلي بي .

أخيراً، وصلنا إلى وجهتنا. أصدرت إطارات السيارة صريراً على الحصي، بينما كنا ندخل إلى باحة المنزل. هرغت كلابٌ للقائنا وهي تنبح بأصراتها الخشنة واللماب يتطاير ويتناثر من أشداقها. أمكتها صاحبة المنزل وضيطتها، استجابت الكلاب مطيعة إشارات الأصابع والعيون. لا شك أنه كان بوسمها أن تجعل الكلاب تقضم ربلة ساقنا أو تلعق يدنا بصرعة واحدة أو بطقطقة من اللسان. لقد آثار هكذا ضمانً طبيعي إعجابي وأثر في. كان كلود قد أعلمها مسبقاً بوصولنا، واستغبلتنا بحفارة .

- صباح الخير كلود. كيف حالك؟

- على أحسن ما يُرام يا جاكلين، وأنتِ؟ حقاً إنه لطفٌ منكِ أن تستقبلينا. أقدم لك كاميل التي حدثتك عنها...

بمعول عن شخصيتها كمرية، اكتشفتُ في جاكلين امرأة ذات وجه مدور وجسم معتلى ومزاج مرح. الغريب أنسي لم أكن أتوقع مظهراً كهذا. كنتُ أتخيل شخصاً... شرقياً!

سألت وهي تحدق فتي بعينيها الماكرتين:

- مسرورة بالتعرف اليكِ يا كاميل. هل تريدين إذاً مقابلة المعلم فو؟

- آه، نعم.

- لقد فهمت! الكثير من الأشخاص يرغبون في التعرف إليه!

اتبعینی...

فعبرنا صالوناً فسيحاً، مصمماً في نموذج جميل بمدفأته القديمة وعوارضه الخشبية الظاهرة، وطافحاً بأشعة شمس الشتاء اللطيفة التي كانت تنسل إليه عبر كوات واسعة مرججة.

- أحببت صالونكم كثيراً.

ردت مضيفتنا مبتسمة وقد بدا واضحاً أنها قد سُرت بالمجاملة:

- شكراً. ها هو... المعلم فو في الباحة. سوف أدعكم تذهبون إلى لقائه. سوف أكون في المطبخ. إلى اللقاء القريب..

اكون في المطبخ. إلى اللقاء القريب.. جعلني كلود أمر أولاً. أفرجتُ عن ابتسامة دافئة وظريفة وأنا أجول بناظري في الباحة.

ثم فترت ابتسامتي. لَمْ أَزْ أَحَدًا في البَّاحة. أُصِيتُ بخيبة أَمَل. أيكون المعلَّم فو قد غادر المكان؟

> أمام هيئتي الخائبة، أوضح كلود: - ها هو...

- ها هو...

ولكنني ظللتُ لا أرى أحداً.

دلني بإشارة من يده:

- هناك، يا كاميل!

تابعث اتجاه إصبحه. كان قط فارسي جميل يفغو بهدوه وراحة على وسادة مطرزة وهو ممتدٌ بكامل طوله. كان ينبعثُ منه مريحٌ من العظمة والسلام السطاق. ثار غضبي وأظهرتُ انزعاجي من الموقف. ثم بعد أن استعد أنفاسي، التفت إلى المنزاح السعيد وكأنني أسأله: قطعنا مسافة ثلاثة أرباع الساعة من أجل هذا؟

قلتُ بصوتٍ مثقلٍ بالعتاب:

- أنت إذاً!

بدا على وجه كلود مزيجٌ من الرضا والندم. لا شك أنه كان سعيداً ومرتبكاً في آنٍ

واحد بمزحته.

- سامحيني على هذه الحيلة الصغيرة، يا كاميل. لكنني لم أجد مثالاً أفضل من المعلم فو لكي أظهر لكِ ما قد يعنيه الاسترخاء! أنتِ التي تشعين بأنكِ سوف لن تجيدي التأمل، ابدئي يتعلم تقليد القط لبضع دقائق يومياً! هو الذي لا مثيل له حينما يكون هادتاً ووديعاً، مستسلماً تماماً للحظته؛

رميته بنظرة غاضبة حثته على اللجوء إلى المطبخ إلى جانب جاكلين.

حيدما بقيث وحيدة مع المعلم فوه استغرق الأمر بضع دقائق لكي أنظر إليه كيف يعيش وفوجئتُ بأن تملكني إحساسٌ ممتع بالسلام والهدوء. كان يكتب، بدقات ديله الهاداتة، فضأ نترياً غير مرتي في مديح البطء والتمهل. نشيدٌ على غزار "Carpe diem" له وحده. لم ينذمر حينما دمستُ يدى في فروه الدافئ في مداعة طويلة.

عرفتُ منذ تلك اللحظة بأنه لن يعود يوسعي أن أحقد على كلود لأنه اقتادني إلى هذا السكان. بعد أن هدأتُ وارتحت، انضمحتُ إليهما، جاكلين وهو، في المطبح. كانا يترثران بلطف وهما يشربان كوياً من الشاي بالمعناع الذي تُطفّ من الحديقة، على ما أوضحته مضيفتنا. رأيتُ أن كلود يرصد على وجهي حالة مزاجي. وقد قرأ فيه امتناني الكتيرة وبدا سعيداً بذلك.

انتهت فترة ما بعد الظهيرة بوليمة احتوت على فطيرة بالإجاص جعلتني لا أندم على السفر إلى هذا المكان...

⁽Carpe diem (1): مقطع من قصيدة لاتينية لهوراس وتعني «انتهز الفرصة» أو «اغتنام اليوم».

24

منذ التقائي مع المعلّم فو، كنتُ أستمتع كثيرًا بتقليد القط كلما سنحت لي الفرصة، لكي أمنح السعادة الأكبر لنهاياتي العصبية.

والغريب في الأمر، كلما كنتُ أغتم المريد من الصفاء، كلما كنتُ أشعر بأن طاقتي الحيوية تغدو أكثر قوة. وعلى أن أعترف بأنه بالترافق مع تلك الطاقة الحيوية كانت تزداد لدي الرغبة الجنسية! بصراحة، كان ذلك يشوش تفكيري بعض الشيء. حائرة في أمر هذه الرغبات الجنسية الجديدة، حاولتُ في البداية أن أتجاهلها. لم تكن لدي الجرأة في أن أتحدث عنها مع كلود... أن يعترني بأنني أبالغ في الجرأة بعض الشيء؟

في النهاية، وإذ لم يعُد بوسعي التحمل، أثرتُ نقاشاً حول هذا الموضوع.

- لا أدري كيف أحدثك عن ذلك ولكن... ها هو الموضوع: منذ بينمه أيام، أشعر بدوع من... التجديد والزيادة في الرغبة الجنسية، وهذا يتركني في حيرة من أمري. كنتُ أريد أن أعرف إن كان لهذا الأمر صلة بيزنامجنا للتحول.

تنحنح، وبدا جلياً أنه قد فوجئ بسؤالي، ولكنه مع ذلك أجاب:

- هذا الأمر لا يفاجئتي أبدًا، يا كاميل. نعم، بالطبع، هذا يسير بالتوازي مع الغبيرات التي قسب بها: إن وقع أن تتصرفي وتستعيدي زمام حياتك بيدك وأن تشطي جسدك وذهنك يساهم بالتأكيد في توليد طاقات ممتازة. الأمر الذي يضعك بقوة في أحسن حال لكي تعيشي تماماً حياتك كامرأة. هذا خبرُ سار في الحقيقة، أليس كذلك؟ - نعم... ولكننى لا أدري لماذا أشعر بنوع من الإرباك. ولهذا السبب أحتاج إلى الحديث معك في هذا الأمر ...

- اممه... لقد فهمت. أيكون ذلك لأنك مندهشة من اكتشاف وجه آخر في ذاتكِ، لم يكن قد اكتُشِف حتى الآن؟ كاميل أخرى، نوعاً ما. امرأة أكثر جرأة، تهتمّ على نحو أفضل برغباتها وشهوتها الجنسية.

احمر وجهي خجلاً.

- هذا لأزَّ... لستُ متأكدة بعد من أننى سأحبُ الصورة التي قد يعكسها هذا

- هذا أمرُ طبيعي جدًّا. حتى إلى أيامنا هذه، لا نزال نشعر بعب، الإرث التربوي الثقيل. لآلاف السنين أخضعَت الحياة الجنسية لمطحنة الأخلاق والمحظورات، هذا الأمر يترك آثاره! وبالكاد بدأت النساء في التعبير العلني عن سلوكِ جنسي متحرّر ورغبة جنسية قويّة بقوة رغبات الرجال نفسها... لم يعُد هناك سوى أن يقبل الجميع بهذا المعطى الإيروسي الجديد!

- بالضبط، أريد أن أبعث هذه الطاقات الجديدة في زوجي. أن أكون السبّاقة في المبادرة وأن أبتكر طرائق، إذا كنت ترى ما أريد قوله... هل تعتقد أنَّه علىّ أن أندفع وأبادر؟

ابتسم كلود وعيناه تتلألآن .

- من دون أدنى شكّ. لن يكون بوسع زوجكِ إلّا أن يعجَب بذلك ويحبّه! لا شيء أكثر تأكيداً من هذا...

وقد بادرتُ على أيّ حال... طيلة الأسبوع التالي، كنتُ أحيك مؤامرة لكي أعدّ مفاجأتي. أدريان المرسَل إلى بيت أمّى لقضاء السهرة. والفستان الأسود ذو الأناقة الأبدية بمقوَّرته الكاشفة للرقبة والكتفين لإثارة شريكِ فَتَرَ اهتمامه منذ مدَّةٍ طويلة. والحذاء ذو الكعب العالى بعشرة سنتمترات والمحفوظ للمناسبات العظيمة. والشمبانيا الجاهزة للتقديم في أكوابٍ مثلجة وذلك لكي أخعق زوجي الحبيب والحنون باستقبال جديرٍ بهذا الاسم.

ألقيث نظرة أخيرة في العرّة: بالتأكيد، كنتُ جليلة! كان قد مرّ وقتُ طويل ولم أزّ في نفسي رشاقة بهذا القدر من الجمال وعيس بهذا القدر من اللمعان وبشرة بهذا القدر من الإشراق. كان سبياستيان سيذوب... ما كان بوسعه إلاّ أن يذوب. ..

عندما عاد، استغرق الأمر بضع ثوار حتى تأقلم مع الضوه الخافت قبل أن يقع نظره عليّ. فابتسمتُ له ابتسامتي الأكثر سحرًا والتي جَمَدَتُه كَنسَتالٍ في مكانه. استفدتُ خفية من تلك اللحظة المملّقة حيث قرأتُ في عييه النتيجة المرجوة.

أخيراً! قرتُ حينها أن أدخل مباشرة إلى مسرح غووتي وأن أمثَّل له مشهداً وومانسية مبالغاً فيه، مشهد القبلة السينمائية تحت المصابيح الهالوجينية في الصالون.

طوقت دراعای کتفه.

قلت بصوتٍ أجثرٌ وشهواني، بمقتضى لعب الدور :

- مرحباً أيّها الأسمر الوسيم. كان أمراً مسليا لى أن أشعر به وهو مرتبكً، بل ومرتعب .

قال هامساً:

- واو، يا له من استقبال! أنت رائعة !

ابتهجتُ من أعماقي. خاطبته باحترام وأنا مندمجة تماماً في دوري كإلهة الإغراء: - ولم تن شيئاً بعد!

أغمضنا عينينا واستسلمنا لقبلة شهيّة وحارّة.

الصقتُ فعي بفعه، مأخوذة بلعبي الشهوانية الخاصّة. ضغط جسدي السنحني على جسده، وضعتُ إحدى يديّ على أسفل كليته بينما دسستُ الأخرى تحت قميصه، وقد كنتُ عرضتُ المشهد على الشاشة السوداء لللِتنا البيضاء. كنتُ ثملة ومنتشية، كانت يدي تفامر على طول فخذه، حينما أوقفني سياستيان.

لم أفهم لماذا.

همستُ بصوبٍ كان قد تخدّر بفعل بواكير الرغبة والشهوة:

- هل أنتَ بخير، يا حبيبي؟ ما الذي حدث؟ .

- نعم، نعم، أنا بخير، صحيحٌ أن...

رنّ هاتفي في تلك اللحظة. لعنت التقنيات الحديثة. تبّأ! إنّها أمّي...

كنتُ قد نسيت أن أضع مضادات الهيستامين خاصة أدريان في حقيته. عقدة صغيرة للإحساس بالذنب. طمأنتها: لليلة واحدة، لا تأثير خطير لذلك. نعم، يمكنه الاستغناء عنها لليلة واحدة. كلا، لا داعي للذهاب إلى صيدلية مناوبة. بينما كنتُ أصغي إليها، كنتُ ألقي نظرات منحرفة على سيباستيان، في محاولة مني لاستطلاع حالته السراجية .

أبدت والدتى دهشتها:

- أوف، أوف! من خلال نبرة صوتكِ، أستنتج بأنني أزعجكِ! أخبريني، لقد بدأت سهرتك بداية مستعة، أليس كذلك؟

امتعضت من فكرة أن تحاول أن تتصوّر ما كان يجري عندي في البيت. فقلتُ محتجّة:

- ماما!

ثم عدث ولطّنتُ اللهجة معها. ففي نهاية السطاف، بفضلها هي كنتُ أقضي هذه السهرة الهادنة. أقصد، كنتُ آمل ألا تكون إلاّ هادنة! مهما يكن من أمر، فقد شكرتها بحرارة قبل أن أغلق سماعة الهاتف.

كان سيباستيان قد نهض ووقف أمام النافذة، وقد أدار لي ظهره. اقتربتُ منه من دون ضجيج، واحتضته بين ذراعيّ وهمستُ في أذنيه:

- هيه! ما الذي لا يسير على ما يُرام؟

ولكي لا يضطرً للإجابة عن سؤالي، أمطرني بوابلٍ من القبلات على رقبتي وعلى خدّي وعلى فمي.

قلتُ بلطف وعذوبة:

- سبباستيان، توقّف. قل لي.

كانت عيناه تهربان من عيني. وبلمسة حنونة أرغمته على أن ينظر إلى.

ارتخى وقال :

- اعذريني، يا كام، هذا عبثي. لا أدري ما الذي حدث لي. أنتِ هنا، رائعة ومثيرة ومبادرة وفجأة، يجعلني هذا…

- هذا يجعلك ماذا؟

- يجعلني غريباً.

أرخيتُ عناقي لكي أبتعد عنه خطوة.

- حسناً. أنت لا تحت، ماذا؟

جرحتي صمته وشعرتُ بصعود نفحة من الغنسب في داخلي، وإذ أصبتُ بالإحباط بقدر ما شعرتُ بالانزعاج، أمسكتُ بأكواب الشميانيا الفارغة لكي أعيدها إلى المطبخ وأنا أضرب بصنحبٍ كعبي حذاتي في الأرضية في إشارة إلى احتجاجي. وقد لملمتُ كلّ ما وقع تحت يدى بأكبر قدر ممكن من الضجيج.

أمّا هو، فقد اقترب في صسب ووقف جامداً بلا حراك في حين كنتُ أتحرّك في كلّ الجهات. شعرتُ بنظرته الحرينة والمرتبكة التي كان يلقيها عليّ. بعد مرور برهة من الوقت، وإذ لم أعّد أحتمل، توقّفتُ أمامه.

- ماذا؟ تكلم! هيًا! ما الذي لا يسير على ما يُرام؟

كان مترددًا في أن يبوح بما يجول في داخله. رأيتُ ذلك على شفتيه اللتين كانتا تتحرّكان في فراغ .

ثمّ، فجأةً، انفجر:

- أنا مغفّل، أنا مغفّل جدًا، عفواً! منذ بعض الوقت، أنتِ مختلفة جدا، متميّزة جدّأ... وأنا... أنا... الآن، أصبح هو من يتحرّك ويجول في الغرفة طولاً وعرضاً، وبيالغ في القيام بحركات واسعة بذراعيه كما لو أنّه يريد بذلك أن يعثر على نحو أفضل على كلمائه.

هدَّأني حرجه وارتباكه ولطَّف من تصرَّفي. اقتربتُ منه وأخذت رأسه بين يديّ .

قلتُ بلطف وعذوبة: .

- وأنت، ماذا؟

- أنا... أنا أخاف، على ما أعتقد.

- الخوف!؟ - نعم، الخوف

نعم، الخوف. كل هذه التغييرات في حياتك... وطريقة تقدّمك نحو الأمام،
 ويتغيير عاداتك رأساً على عقب، والجرأة على أن تكوني نفسك بوضوح...

- وبالتالي؟ هذا أمرٌ إيجابي بالتأكيد، أليس كذلك؟

- نعم... هذا أمرٌ جيد، ولكن...

كان يحتفظ بسرّه على أطراف شفتيه متردّداً في البوح به، وذلك من دون أدنى شكّ بسبب قلقه من رأيي في ذلك.

- ولكن ماذا، يا سيباستيان؟

- وماذا لو لم أتغيّر بما يكفي من السرعة بحسب رغبتك؟ ماذا لو لم أكن بمستوى كاميل الجديدة؟

إذًا كان هذا هو السبب؟ ما كنتُ لأنصورَ ذلك. رأيته مؤثّراً في مخاوفه. حدّقتُ في عييه بنظرة ملؤها الثقة والطمأنية وابتسمتُ له ابتسامة مشوبة بالحبّ.

- لن يكون ذلك أبدًا في حياتي! ماذا ستتصوّر؟ أحبّك يا سياستيان، أحبّك أكثر من أيّ وقب مضى. وكلّ هذه التغييرات التي تراها إنّما أقوم بها من أجلك، لكي تكون فخوراً بي، ولكي تجدني مرغوبة على الدوام!

... -

قرّب شفتيه من شفتيّ كجوابٍ عليّ ولجم شكوكي بقبلة طويلة. وهذه المرّة، لم يقاطعها أيّ شيء ولا أيّ شخص...

25

منذ تلك الليلة، تغير جو البيت جذرياً. كانت ربع قوية من التفاهم تهب على حيّنا الذي لم تكن جمالاً. أمّا بالنسبة إلى ابني، الفقد قرّرتُ أن أتبنى السبادئ المقترّخة من قبل كلود بغية عدم المعاناة من الورّر والضغط المعسبي بسبب ومن دون سبب: الكفت عن المبالغة وإبداء بعض المرونة من طرفي! باختصار، أن أمنح نفسي المريد من الحقة في طريقة إنجاز المهام اليومية. «انولي عن صليبك، نحن نحتاج إلى الخشب»، هذا ما قاله لي، ذات يوم، كلود وهو يضحك، لكي يجعلني أفهم بأنّه كان يجب عليّ أن أتحلّى عن دوري كأم تقف على حافة لانهيار العصبي لكي أتصرف بطريقة مختلة .

قبل كل شيء، حصّصت وقا لكي أهتم أكثر بعالم أدريان. كنتُ انكتِ خلسةً على آخر أهم أخبار لاعمي كرة القدم، بل وحفظتُ عن ظهر قلب أمساء كبار اللاعمين والقواعد الأساسية للعبة. باتت السهرة على السباراة معتمة لي بدل أن تكون وقاً كنياً ومتياً: كان الدهاش زوجي وإمبي بمعارفي يستحقّ عناء مواصلة السير في هذا الطريق! فجأةً، بات أدريان يسألني كما يسأل والده خلال المباراة. كان يصرح عند كلّ فرصة وهو يندي حركات ذكرية ويسأل: «هل رأيتٍ هذه الحركة، ماما؟» وعند أول هدف يسجّله فريقه المفضّل، كان يقفز إلى حضني لكي يهتف «هدف!» بالتأكيد، كنتُ، أنا بدري، قد سجّلتُ نقاطاً. كما بدأتُ ألمَّ بعالمه الموسيقي من خلال الاستماع اللي أسطواناته المفضّلة. يرونو مارس، آريانا غراندي، نيكي ميناج، جاكسون ديرولو، دافيد غينا... المرق الأولى الني بدأتُ فيها أرَقل معه كلمات واحدة من أغنياته المفضّلة، أصبب بدهشة عميقة ولم يُصدُّق وأعقد أنمى قرأتُ في عينيه ما ينبه إعجاباً مشوباً بالاحترام.

غيّرت هذه الإمكانات الجديدة طبيعة علاقاتنا كثيراً. وانفتح باب الحوار واسعاً من ديد.

في خضم قوة الإندفاع هذه، انتقدتُ النقطة السوداء للواجبات.

- هل تعلم، يا أدريان، بأنني أتضايق عندما أعضب وأصرحُ فيك بعد ذلك بشأن الواجبات المدرسية وعندما نتشاجر... أشعر بأنني في حالٍ سيئة جدًا... لديّ حقّاً الرغبة في أن تعتمر الأمور. ألا تريد أنت أيضاً ذلك؟

أجاب بالإيجاب بإيماءة من رأسه.

- هل يمكنك أن تشرح لي لماذا تجد أحياناً بأنّه من الصعب جدّاً أن تنجز واجباتك المدرسية؟

استغرق وقتاً في التفكير ووجدتُ جدّيته في اختيار أفضل الكلمات لكي يجيب عن سؤالي بطريقة مؤثرة.

 لا أعرف. أصلاً، هذا ليس غرياً، التمارين، ومن ثمّ أنّها كثيرة جداً. بشكل خاص، يعربيني شعورً بأنّ هذا الأمر يُعضبك كثيراً بقدر ما يؤثرني نفسياً. أخاف من أن أخطى وأن توتخيني....

فجأة، لا تعود لدي حتى الرغبة في محاولة إنجازها.

أظهرتُ تأثّري بالسوقف وفكّرت من جديد بنصيحة كلود: دعي جانباً مدفع إطلاق اللوم والتوبيخ وتكلّمي بصوتٍ حسّاس ومؤثّر، قولي «أنا».

فشرحتُ له :

حينما أغضب، فهذا لأنني أكون قلقة بشأنك. أفكر في مستقبلك وأخشى ألاً
 تأخذ دراستك على محمل الجدّ بما فيه الكفاية. إنّه من المهمّ جدًا الدراسة جيّداً في

المدرسة! ما أريده، هو أن تستطيع أن تحصل على أفضل حياة ممكنة حينما تكبر.

- أعرف يا ماما. ولكن لا تقلقي كثيراً! أنتِ لا تثقين بي بما فيه الكفاية. اعترفتُ وأنا أبتسم:

رفت وانا ابتسم .

- هذا ممكن. أنا أحاول فقط أن أكون أمّا مقبولة.

- مهلاً! أنتِ أمّ رائعة!

- هل تعتقد ذلك؟

أكَّد لي، وهو يمسك بيدي في يده مع ابتسامة كيَّسة:

- نعم بالطبع.

كُبُر قلبي بالامتنان. فكَرتُ بتقنيات التربية الإيجابية التي كان كلود قد علّمني إياها. فاقترحتُ عليه:

- ما قولك في أن نغيّر طريقة إنجاز الواجبات المدرسية؟

- كيف؟

- حسناً، ربّما يمكننا أن ننجزها بطريقة بحيث تكون أكثر متعة وتسلية، على سبيل المثال....

- هذا سيجعلني على ما يُرام!

- حسنا. اتفَقنا!

ضربنا أيدينا ببعضها بثلاث طرق مختلفة قبل أن نرتمي في أحضان بعضنا في عناق. عظم.

همس في عنقي:

- أحبكِ ماما.

فضممته بقوة أكبر.

- وأنا أيضاً، أحبّك، يا حبيبي.

وبهذه الطريقة أرسيتُ أسس منهج تربوي أقلّ أرثوذكسية ولكنّ يا إلهي كم كان أكثر

تسلية ومتعة. استخدمتُ على سبيل المثال مبدأ 1، 2، 3، شمس" للنصوص التي ينبغي حفظها عن ظهر قلب: تقدّم خطوة واحدة نحر الطاؤلة عند كل إجابة صحيحة وتتراجع خطوتين حينما تكون إجابتك خاطئة. أو تعلّم الدوس على شكل أغاني. إنه نجاعٌ حقيقي! لم يكن أدريان يعلّم بسرعة أكبر بمقدار ثلاثة أضعاف، بل وكان أيضاً يستمتع بذلك مثل مجنون.

طبّقتُ المقاربة نفسها بالسبة إلى الأعمال المتزلة المتعلقة بالمائدة والمطبخ. بدلاً من أن أبخ صوتي وأنا أطلب لخمسين مرة متنالية مساعدة قد تستغرق ساعات حتى تأتي، وجدتُ حيلة ذكيّة لتحفيز أدريان: أقنعه بإقامة مطعم متخيّل يكون هو الشيف فيه. لقد فاجأتني طريقته في الانخراط في اللعبة وأدائها. لم أكن أتوقع أن تسير الأمور وفق هذه المقترحات.

لقد أخذ هذا المشروع على درجة كبيرة من الجدية، مما دفعه لإعداد وصفة منتكرة لكرات لحم بسبعة بهارات، على الطريقة الهندية. قطعت اللحم على شكل مكتبات صغيرة بحجم الرد، ثمّ قام هو بغرمه باستخدام ماكينة الغرم وهو منهو تعالى الخيرة المدق. هو الذي لم يكن يشغل عادة إلا قام بهرس فنات الخير المنزلي باستخدام المدق. هو الذي لم يكن يشغل عادة إلا بالشاشات، كان يبدو الآن بأنه ينفر نفسه بقلب مليء بالفرح لهذه الأعمال اليدوية! كانت المرحلة الأخيرة من تمريع كرات اللحم في البيش ومن ثمّ في مسحوق الخبر المخلوط مع جبوب السمسم بالنسبة له محل ابتهاج صريع. لقد سبق ورأيه، قبل خسس سنوات خلت، بهذه الفرحة والبهجة نفسهما حيسا كان يلمب بفطية وهو في خسس سنوات خلت، بهذه الفرحة والبهجة نفسهما حيسا كان يلمب بفطية وهو في الملطني المكتف، ولكن ابتساماتنا وحركاتنا المتؤامة كانت تقول الكثير عن الالسجام المطلخي المكتف، ولكن ابتساماتنا وحركاتنا المتؤامة كانت تقول الكثير عن الالسجام والتنافم بيننا في تلك اللحظة. كشيف كبير مرضع باللجوم، كان يستمتع بإعطائي الأوامر كما لو كنت معاونته، وهي تؤي ثمارها...

⁽¹⁾ لعبة ينعبها الأطفال شائعة في الفسح المدرسية.

أتاحت لي هذه التغييرات أن أخشس وقناً وطاقة لكي أكرّس نفسي لمهمّة شاملة ورائدة: بناء مشروعي المهني الجديد. لأنّي كنتُ قد حسمتُ أمري وقرّرت بأنني لا أريد أن أستمرّ في ممارسة مهنتي في التجارة، وإنّما العودة إلى حلمي الأوّل: العمل في مجال تصميم الأزياء والإبتكار للأطفال.

كما كان كلود يقول لي، لقد حان الوقت بالنسبة لي لكي أقيم توافقاً بين مشروعي في الحياة وشخصيتي وقيمي العميقة.

بدأتُ بالانكباب على أبحاث استكشافية. لم تكن رغيبي الدفية أن أحصل على امتيازٍ من شركة، وإنّما أن أخلق ماركتبي الخاصة ومفهومي الخاص. ولكن سرعان ما كان عليّ أن أعود وأخضم الحكم الواقع: كانت سوق الأنبسة الجاهزة للأطفال تبدو مشبّمة والمجالات المنظورة للعمل في هدة المهنة ضعيقة...

نشة إثباتُ إضافي على عدم جدوى المشروع: مع وجود الأرمة، سوف لن يصرف الناس قط مبالغ كبيرة من أجل شراء ألبسة الأطفال والتي سوف تصبح، بعد مرور شهر، صغيرة القباس على الطفار...

من هنا، ما الثغرة التي ينبغي العثور عليها؟

جاءني الإلهام على «العصف الجوجلي»". وهي تقية في الابتكار مستوحاة من تقية «العصف الذهني» التي كان كلود قد حدّثني عنها والتي تسمح بالعثور على أفكار بفضل الأبحاث عبر الإنترنت.

وهكذا وقعت على ماركة هولندية كانت تقترح مبدأ تأجير الأزياء: تأجير السرء لألبسته سنوياً، مثلما يؤجّر المرء سيارته أو شقّه السكنية! من خلال اشتراك شهري قيمته خمسة يوروهات، كان الزيون يحصل على ضمانة أن يرتدي ألبسة من آخر وأحدث ماركة، وهو ألوقت ذاته يُساهم في التنمية المستدامة، مع احتمال، في نهاية المددّة، أن يشتري الألبسة أو يُعيدها إلى الشركة لكي يستفيد من أطبى تمتري من خلال الاستنجار!

⁽¹⁾ Googlestormant: تشتق الكاتبة هنا صيغة فرنسية من كنمة Brainstorming الإنجبيرية التي تأتي بمعنى «العصف الذهني». -المترجم-

نشط دماغي على الفرر واحتدً: لماذا لا أعتمد هذا المبدأ نفسه الألبسة الأطفال السغار جداً؟ ألبسة مصمّمة وفق أخلاقيات بيولوجية للأعمار 0-3 سنوات، والتي يمكنني أن أضفي عليها قيمة حقيقية مضافة من خلال إضافة مواد وزخارف ستجعل كل قطمة منها فريدة من نوعها. سوف لن يكون عليّ سوى أن أجلس مع مروّدي الألبسة المصمّمة وفق أخلاقيات بيولوجية، ثياب داخلية وقسمان وسراويل، لكي أقوم فيما بعد بتعديلها وتخصيصها. ألبسة جاهزة من تصميم مشاهر الخياطين في عالم الموصّة تكون في متال كل أصحاب الإمكانات المادية المختلفة... أوه، نعم... كنتُ أريد شيئًا من

كان ذهني يزداد حماوة، مأخوذا بالحماس. كل الآباء والأتهات يحبّون كنيراً أن يوفروا أمام ثباب يوفروا أمام ثباب يوفروا مظهراً أبقاً لأطفالهم الرقص. تُرى هل هناك مَنْ لم يقف مغتبطاً وفرحاً أمام ثباب الأطفال الجميلة جداً ثاثمة مشكلة وحيدة: الثمن الباهط للازياء الأصلية والمبتكرة التي يضطّر الناس لتغييرها في عالب الأحيان... ولكن بفضل المفهوم الذي ابتكرت ميكون بوسمهم أن يجددوا محتوى خوانة ثباب أطفالهم الصغار قدر ما يشاؤون وذلك بفضل نظام الناجر! سريعاً، أعددتُ قاعدة حمايات: سوف يمكنني أن أفترح عقداً للإيجار لكل قطمةً .

عملتُ بلا هوادة من أجل تزيين وتجميل مشروعي وبدأتُ بتصميم أولى نماذجي الخاصّة بما يكفل تأمين شركاء.

بناءً على نصيحة كلود، شرعتُ في الأتصال بحاضة مشاريع، وهي عبارة عن هيئة ترافق وتقدّم التأهيل لكلّ حامل لمشروع إبداعي وأعددتُ ملفّاً محكماً ومتماسكاً حول تقديم مشروعي والتعريف به. ومن ثمّ، ابتهلتُ إلى الله لكي أنال موافقة لجنة قبول المشاريع...

 كانت في المحصّلة مشروعة، قد قرّر أن يساندني. لم يكن قد بقي سوى ان أوفّ «الخبر السار» إلى أمّي... لم تكن هذه الفكرة تسعدني كثيراً. بالنسبة إلى أمّي، كان العقد غير محدّد الأجل، من الناحية المهنية، الخيار الوحيد المقبول. ولأنني كنتُ أُعرفها جيّداً كما لو أنني أنا مَنْ أنجيتها -وليس المكس-، كنتُ أخشى أن أكشف لها تقلبًات حياتي رأساً علم عقب... بحق.

26

طرقتُ باب الشقة الصغيرة الذي كبرتُ فيها بمربيح من الإثارة والحوف. استقبلتني أمّى بابتسامة واسعة وصمّتني بين دراعيها في عناقي لطيف. كنتُ متمسّجة ومربوطة بفكرة ما كنتُ سأخيرها به، متسائلة عن كيفية تصرّفها ورد فعلها. كنتُ أعرف بأنَّ هذا الانسجام والوئام سوف يتطاير ويتنالز بعد بضم توان...

- اجلسي يا عزيزتي. سأعود إليك. يجب فقط أن ألقي نظرة على طبختي من اللحم البقرى بالصلصة البيضاء...

- ماما! ما زلبَ تكلّفين نفسكِ الكثير من العناء! قلتُ لكِ أنني أريد عشاءُ خفيفاً وبسيطاً جدًا.

- هذا شيء بسيط وهو يسعدني كثيراً!

استسلمتُ ورضختُ لرغبتها. كما هو الحال دائماً.

جلستُ على أربكة الصالون الصغيرة، ووضعتُ ساقاً على الأخرى، وكانت دقات قلبى المقبوض منضبطة على إيقاع دقات الساعة الجدارية الكبيرة التي كانت تتصدّر الغرفة، وهي عبارة عن تذكار كان قد جُلب خلال رحلة إلى نيريورك.

> انضمّت والدتي إليّ، مرِحة ونشيطة بفكرة هذا اللقاء المنفرد بين البنات. - ها أنا ذا! كلّ وقتى لكِ!

تنحنحت. لمحت عدم ارتياحي وخيّم ظلّ على وجهها في الحال.

- هل أنتِ بخير، يا عزيزتي؟ تبدين منشغلة البال وغير مرتاحة...

- هذا لأنّه... لديّ خبرٌ هام يجب أن أخبركِ به.

- أوه يا إلهي! هل هجرتِ سيباستيان؟ - لا ماما.

.... . -

- هو الذي هجركِ؟

قلتُ بانزعاج :

- ماما! لماذا يجب أن تلقي عليّ دائما أسوأ توقعاتك المغمّة؟ -

اكفهرّ وجهها أكثر من ذي قبل. - أنا لا أُلقى، يا عزيرتي. أنا فقط واضحة حيال حقيقة وواقع الحياة... انظري ماذا

فعل والدكِ بنا...

- هذه الحكاية حكايتكِ أنتِ، يا ماما! هذا لا يعني أنّ الأمور سوف تسير بالطريقة نفسها بالنسبة الحِرْ!

- أنب محقّة ، اعذريني ... إذا، ما هو هذا الخبر العظيم؟ أوه، أنا أعلم، أنب حامل! لماذا كان عليها دائماً أن تعود إلى هذا الموضوع؟ ألم يكن بوسعها أن تحترم حقيقة أنسى لم أكن أرغب في إنجاب طفل آخر؟

_

أمسكت بيدي وهي تشجّعني على البوح بالخبر:

- ليس صحيحاً؟ حسناً... أخبريني، إذاً.

- سوف أترك عملي.

سحبت يدها على الفور.

- هذا ليس صحيحاً؟

- أجل ماما، هذا صحيح. أتعلمين يا أمّي، منذ بعض الوقت، التقيتُ برجلٍ رائع... سألت بحنه.:

. - أنت تخونين سيباستيان؟ - ماما! كفي عن مقاطعة جملي ودعيني أروي لك! بالطبع لا، أنا لا أخون سياسته!...

الرجل الذي أتحدّث عنه يرافقني منذ بعض الوقت لكي يساعدني على إعادة تقييم نتائج حياتي وعلى العثور من جديد على طريق سعادتي المفقودة...

كيف ذلك، سعادتكِ المفقودة؟ كنت أعتقد بأنكِ سعيدة! لماذا لم تحدثيني عن
 ذلك من قبا؟ أنا لا أفهم... لديكِ عمل ولديك زوجٌ يحبّكِ ولديك طفلٌ رائم...

ت من ميل. " ما " الجهر... عليه على وصيب روج يسبب وصيب على وح... - نعم، يا أمّي، لديّ كلّ هذا وكنتُ أنا أيضاً أعتقد بأنني كنتُ سعيدة... ولكن

- تعلم، يا شمى ندي فل هذه وضف ما الصاحفة النبي فنت معيده... وبدن ذات صباح، استيقظتُ فارغةُ تماماً ويغمر روحي غموضٌ مربع... ويفضل كلود، أنا الآن أجد معنى لحياتي.

- كلود؟ اسمه كلود؟ وما مهنة هذا الرجل في الحياة؟

- إنّه... روتينولوجي.

.

حاولت أن أبرَر موقفي: - هذه مقاربة جديدة للتنمية البشرية وتطوير الذات، مقاربة قويّة جدّاً...

دبّ فيها القلق في الحال وسألت، مذعورة:

- ما هذا الشيء؟ تعلمين بأنه يجب أخذ الحيطة والحذر... الآن، هناك الكثير من المشعوذين والدتجالين! تحت ذريعة أنّهم يبيعون لكِ حلماً وحياة أفضل، يجعلونكِ تقعين تحت تأثيرهم...

كنتُ أعلم بأن الأمور ستجري بهذه الطريقة ...

- ماما! الأمر ليس كذلك على الإطلاق! متى سوف تكفّين عن الخوف عليّ ومعاملتي كفتاة صغيرة؟ أنا أعرف ما أفعله.

...-

والآن، حان موعد الصمت. لقد أثارت أعصابي .

- أخيراً، سوف أحقّق حلمي، يا ماما: سوف أقيم مشروعاً للعمل في عالم أزياء

الأطفال.

- هل أنتِ على علم بأن هذا القطاع يشهد ركوداً؟
 - كنتُ أشعر بأنَّها تتأرَجح بين القلق والتشويش.
- نعم، ولكن هنا، تخيّلتُ مفهوماً فريداً من نوعه ومبتكراً! هل تعوفين نظام التأجير؟ - نظام التأحد؟ كلا...
- هذا نظامٌ عمليّ واقتصاديّ وبيتن يتبح للناس أن يستأجروا منتوجات، مع توقّر خيار الشراء. هذا نظامٌ شاتع جداً عند تجار السيارات وفي قطاع الأنعاب. في هذه الفترة من الأزمة، لا يشتري الناس ألبسة فاحرة لأطفالهم الصغار. فهي عالية جداً مقارنة مع الفترة القصيرة التي يمكن خلالها استخدام هذه الألبسة. في مقابل ذلك، سوف أعرض عليهم أن يستأجروا هذه الألبسة مقابل أجرة معدّلها الوسطي يتراوح بين خمسة وخمسة عشر يورهات في الشهر. أنا واثقة من أن هذا سيلقى نجاجاً!
- ر ويرور استرسك في العديث عن المشروع. ولكن أمّي كانت، بكلّ تأكيد، بعيدة عن أن تقاسمني حماستي.
- وسوف تتركين عقداً لأجل غير محدّد من أجل هذا؟ أنا التي طيلة حياتي، حاولتُ أن أعلَمك أهمية الاستقرار السالي... هل تدركين بأنّكِ قد تعرّضين استقراركِ العائلي والراحة المادية لابنكِ أدريان للخطر، إذا لم ينجح معلى هذا المشروع أبداً؟
- لماذا يجب أن تتوقعي دائماً الأسوا؟ أنا بحاجة إلى أن تثفي بي، يا ماما! لا أن تطلقى النار على مشاريعي بطلقات القلق والتشاؤم!
 - وما رأي سيباستيان في ذلك؟
- إنّه يدعمني في مشروعي. لقد رتّبنا حساباتنا لكي نصمد في الفترات الأولى من المشروع...
 - يا لها من مخاطر! يا لها من مخاطر!
- نعم، ولكنّ الحياة بذاتها عبارة عن مخاطرة! يجب أن تفهمي أنّ هذا المشروع يمثّل بالنسبة إلى جرعة كبيرة من الأوكسجين. لدي إحساسً بالعودة إلى الحياة، بأن

أكون أخيراً أنا!

....

عبثاً، كما لو أنني أغنّي في الطاحونة !

- حسناً، أعتقد بأنني سوف أذهب. أرى بأنَّكِ لستِ مستعدَّة بعد لتقبّل هذه الفكرة.

لم تحاول أن تجعلني أبقى عندها. كانت تبدو مصعوقة بالخبر !

ما أن أصبحتُ في الشارع، تملكتني أحاسيس متناقضة. حزتُ الشعوري بأنَّ أمي لم تقهمني. كما الزعجتُ لكولها لا تق بي مطلقاً بشأن قدرتي على تدتر أموري، ولكني أيضاً شعرتُ بالارتياح والحرية لكولى قد أصبحتُ ذاتي ومخلصة لأحلامي وشخصيني العميقة. أخيراً، كنتُ قد وضعتُ حداً لمفهوم «الإسعاد» السنهجي. تجرأتُ على أن أغيش الحياة التي تشبهني لا الحياة التي كانت أتي قد تخيلها لي. ولكن كنتُ أن لا أول أعاني من توقل في المواج في قالني الجديد؛ كنتُ أشعر بعدم الارتياح...

كنتُ أشيد بمشروعي الجديد بحماس ولكن ما الذي سيحدث، إذا ما فشلتُ في نهاية المطاف؟ كانت هذه الأفكار تفسد عليّ معتني... فأحسستُ بحاجة ملحّة لكيّ أتحدّث عن ذلك مع كلود. كنتُ مستحجلة لمعرفة رأيه حول هذا الموضوع .

27

من جديد، أعطاني كلود موعداً لواحدة من تلك الجلسات غير المتوقعة في شكلها ومضمونها بقدر ما كانت عنية بالتعاليم والدروس. ولكن هذه المرة، كنت أعرف مكانها بدقة: متحف اللوفر. ومع ذلك، لم أكن أعلم لماذا دعاني إلى هناك، وبينما كنا نجوب قاعات العرض التي لا تُعدّ ولا تُحصى، كنت أنساط عما قد يُعزجه من تحت تبعه الكبيرة الشبيهة بقبّمة السَخرة. وبانتظار أن أعرف ذلك، رويث له لقائي المنظره مع أمي. ولكنني وجدته متحقظاً، الأم الذي قلمًا كان يدو عليه. تُرى بماذا كان يفكر؟ هل كان يُعمي إلى حقاً؟ كنتُ أجهد في محاولة إنهامه مشاعري وانفعالاي، والي أي درجة كانت شكوك أمّي قد هرئي، بينما هو لم يكن يرف له جغنً حتى، مواصلاً تسكّمه الهادئ بين الموحات الفنية ...

في النهاية، عيل صبري، فقلت غاضبة للامبالاته، بينما كنتُ أعيثُ تسونامي حقيقي في داخلي :

ي -- كلود أنت لا تصغي إلى!

في المحصّلة، هو مَن كان قد طلب مني الانضمام إليه في متحف اللوفر! وإذا كان ذلك فقط لكي أراه يتصرّف تماماً كما لو أنّه جاء إلى هناك لوحده، فما جدوى مجيئي إلى هنا؟

لم يردّ عليّ ووضع إصبعه على فمه لكي يومئ إلى بأن ألتزم الصمت. كنتُ على

وشك أن أنفجر غضباً وحنقاً. في تلك الأنتاء، أسرع خطاه قليلاً ومع ابتسامة عامضة في معبد موناليزا، قادني إلى قاعة المعلم العظيم ليوناردو دا فتنشى. ومن دور أن ينبس بينب شفة، جعلسي أجلس على أحد المقاعد الصغيرة أمام تحفته الفنية الأخيرة: العذراء والطفل يسوع مع القديسة آن. ومكتنا هناك ليرهة من الوقت، قبالة اللوحة الفنية.

وأخيرا، سألني:

- ماذا ترین، یا کامیل؟

في حيرة وارتباك، تركث عيني تجولان على اللوحة، وأنا أحاول أن أكتشف دلالتها .
- حسناً، أرى العذراء التي يبدو أنّها تريد أن تأخذ الطفل يسوع بين ذراعيها، ولكن في الوقت ذاته، أشعر بأنّ الطفل يُحاول التسلّص منها وهو مهتمّ أكثر بالحمل الصغير الذي يريد أن يمسكه بنفسه غير آبم بدعوة أنّه... أمّا بالنسبة إلى القديسة آن، فأجدها في هيئة من الانفصال والعطف.

ابتسم كلود لكلماتي.

في الحقيقة، يا كاميل، دعوتكِ إلى هنا لكي أجعلكِ تشاهدين هذه اللوحة وأشرح
 لكِ ما تعكسه من وجهة نظري بشأن علاقة بين الأم وطفلها.

علاقة الأم - الطفل... الصورة الخاطفة لأدريان وهو يهمس في عنفي «أحبّكِ ماما» عبرت ذهني وأحسستُ في الوقت ذاته بالإحساس الجسدي لحرارته وهو في حضني. ثم رأيتُ نفسي في صالون والدتي، وأنا أحاول أن أتحدّث إليها حول مشاريعي المهنية وهي تفاطعني باستمرار.

تابع كلود حديثه:

- الحمل هنا يرمز إلى التشحية وواقع أنّ يسوع كيسك به بين يديه يعني أنّه يقبل بمصيره المشتروم. مريم، كأمّ تسعى إلى أن تُبعده عن هذا المصير الأليم. وهذا هو معنى حركتها الحامية. أمّا القديسة آن، فهي تبقى في موقفٍ متحقَظا؛ فهي تنظر من درن أن تدخّل، الأمر الذي يُظهر بأنها تقبل رمزياً بمصير حفيدها.

أذهلني هذا التحليل التوضيحي لما لم يكن بالنسبة إليّ، حتى قبل لحظات قليلة،

سوى مشهد رعوي ساحر. مشدودة إلى كلماته وأنا أحدّق في اللوحة باهتمام متجدّد، انتظرتُ بفارغ الصبر تتمّة الشرح.

- كل أمّ تحاف على طفلها وتسعى بكلّ السبل إلى حمايته من الألم، يا كاميل. هذا أمر طبيعي وجوهري في الحبّ الأمومي. ولكن قد يكون هذا أحياناً كبحاً للطفل الذي عليه أن يقرّر مصيره ويني حياته. كنب حتى الآن تسعين على الدوام إلى موافقة أمّاك على كل ما يتعلق بحياتك. وقد كتبت رغياتك لكي تُرضيها وتُسعديها ولا تعتيي آمالها المعقودة عليك. الأمر كما لو آلك كنب تسشين طبلة هذا الوقت وأنب تتعلين زوجاً من الأحذية الشبيّقة جداً والآن، حيسا تخيرينها بألك صوف تسلكين طريقك الخاص، هذا الخوف خوفك وعلها لها، ولا تعتيي طليق أن تعليي بأن تتركي خوفها لها، ولا تعتيي طليقال، وأنت تنقين طبيقال، وأنت تنقين التحاص، هذا الخوف خوفك وعليك أن تعلي أن تسلكي طريقاك، وأنت تنقين بنا سلكي طريقال، وأنت تنقين

- آمل ذلك، يا كلود، آمل ذلك...

في الوقت الذي كنتُ أجيه، كنتُ أتساءل في نفسي أيّ نوع من الأمهات كنتُ بالضبط بالنسبة إلى أدريان. هل كنتُ أحسن القيام بالأمور؟ هل كنتُ أتَخذُ الموقف السليم، الموقف الذي سوف يتبع له أن يزدهر بأفضل ما لديه من قدرات وإمكانات؟ كان لا يزال صفيراً ورغاته وحاجاته هي رغبات وحاجات طفل... ولكن متى سيكبر؟ متى سيكون عليه أن يحدّد بنفسه خياراته ويرسم طريقه كرجل؟ هل سأجيد مرافقته من دون أن أفرض عليه رغبات قد لا تكون رغباته هو، مثلما فعلت أتي معي؟ هل سأجيد الإصفاء إليه فعاذ وأعينه على إثبات ذاته؟ نعتقد بأننا نفعل الأفضل، ولكن، في بعض الأحيان، تعمينا مخاوفنا، بل وحتى حبّنا يعمينا أحياناً...

كان كلود قد سكت، كما لو أنه فضّل أن يبرك الحقل حرًّا وشاغرًا لأفكاري. أفرجتُ له عن اجسامة خفيفة لكي أشير له بأنّي كلّي إذارٌ صاغية من جديد، فاستأنف حديثه: - اليوم، يا كاميل، تخشى أمّل أن يحصل لك هذا التغير في الانجاه الأم والمشقاء. والحال أنّه عليها أن تدرك بأن الألم الحقيقي بالنسبة إليك، بعد مرور فترة من الومن، سيكون بقاءك من دون مبادرة؛ الأخطر ليس الفشل وإنّما هو عدم المحاولة. في كلّ الأحوال، لا يمكننا أبداً أن نحتمي من الآلام المحتملة، لأنّها جزءً من الحياة. والرغبة في الإفلات منها أمرٌ مستحيل، الحياة مصنوعة من خيز أسود وخيز أيض. على كلّ تضمين أن يقبلها كجزءٍ تامّ من لعبة الوجود؛ ومقاومة هذه الخقيةة لا تفعل سوى تعميق الشعور بالوضن في الحياة. ولهذا السبب يعلّمنا الحكماء أن نحكم على الأمور، لا من خلال المجرى الخارجي للأحداث وإنّما من خلال طبيقة إدراكها بالعقل.

كان لكلماته على تأثير خيط من الماء البارد في يوم شديد الحرارة. كانت تعرّز من عرمي وإصراري على المضي قدماً في الطريق الجديد الذي اختطّه لفسي، وتستحني فرصة للتصرّف ومادة للتفكير فيما بعد، حينما سأواجه بدوري الخيارات الأساسية التي سيتخذها ابنى لبناء مستقبله عند بلوغه سنّ الرشد.

وكذلك، حينما غوت مجموعة كبيرة وصاخبة من السيّاح الأجانب الصالة، وقطعت حديثنا الشيّق والممتع، تذمّرت ولم أستطع معع نفسي من إصدار أصوات بلساني تعبيراً عن الاستهجان.

أمّا كلود، فقد ظلّ هادئ الأعصاب ومبتسماً. إذاً، ألا يثير أيّ شيء غضبه؟ قادني إلى صالة أخرى، وهو يواصل في الوقت ذاته شروحاته:

- شاهدي، يا كاميل، الأتر الذي لا يزال يا كاميل، الأثر الذي لا تزال تتركه عليك عناصر خارجة مربكة ومشرّشة. تتخلّين عن راحتك وسعادتك بسشيتهم. الحقيقة هي أنه سوف لن يكون لك على الإطلاق أن تتحكّي بسير الأمور، وتجازفين بأن تكوني إلى الأبد مثل سدادة صغيرة من الفلين تتأرجحين على الأمواج السقلية. بالنسبة إلى الشخص الحكيم، يمكن للعاصفة أن تكون هائجة جدًا على السطح، بينما في العمق، يسود الهدوء دالمأ... السرّ يكمن في أن تستعيدي زمام التحكّم بذهنك وأن تقرري بأنك ستعيشين على نحو جيّد حتى الأمور المزعجة. وأن تزي ما هو إيجابي حتى فيما هو سلي. سوف ترين، هذه طريقة لمقاربة الوجود الذي يغيّر كلّ شيء .

- نعَّم ولكن مع ذلك... ليس الأمر بهذه السهولة لكي يتحكَّمُ المرء بأفكاره! لا

تكون ردود أفعالنا عقلانية على الدوام. أنا، على سبيل المثال، مضت علي عدة أيام أعلى حدة المام أعاني خلالها من الشك ومن عدم تقني بأي شيء بشأن مشروعي... أنا أخاف. أرى أن هذا المشروع جريءً جداً ومحفوف بالخطر! هذا ناهيك عن أن أمي ليست الوحيدة التي أبدت تحفظاتها ومخاوفها. صديقتي المقرّبة وعتي أيضاً قالا لي بأنه سيكون من الجون اقتحام مفهوم عامض وغير مضمون في خضم الأزمة! أتساءل إن كنتُ سوف لن أوقف كل شيء...

وضع كلود يده على ساعدي وحدّثني كما لو أنّه يتكلّم مع فتاة صغيرة تخشى العتمة، بصوتٍ دافئ ومُطمئِن.

- كاميل، وماذا لو استدلب، في بداية انطلاقك، عبارة «أنا أخاف» بعبارة «أنا متحسّسة»؛ هذه الحيلة سوف تسير على نحو أفضل. كان أوسكار وليلد يقول: «الحكسة هي أن نمتلك أحلاماً كبيرة بما فيه الكفاية لكي لا نضيّمها حينما نلاحقها». أنب مَنْ لها الحقّ في أن تنجراً. دعيني أروي لكِ حكاية قصيرة سوف تضع بلسماً على قلبكِ وتعيد إليك الفقة...

في أحد أيام السنة، كان يجري تنظيم صباقي في مملكة الضفادع: وكان للسباق في كلّ مرّة هدف مختلف. في تلك السنة، كان يجب الوصول إلى قمّة برج. اجتمعت كلّ ضفادع المستقع لكي تشاهد الحدث. أعطيت إشارة الانطلاق. بدأت الضفادع التي كانت تشاهد السباق بتخمين ارتفاع البرج وهي لا تُصدّق بأنّه من الممكن أن تتمكّن الضفادع المتسابقة من الوصول إلى القمة. وكانت التعليقات:

> «مستحيل! لن تصل إلى هناك أبداً!» «أبدأ لا يساعدها جسمها للوصول إلى هناك!»

«سوف تُصاب بالجفاف قبل وصولها إلى الأعلى!»

حينما سمعت الضفادع المتسابقة تعليقات الضفادع المشاهدة، بدأت همتها تخمد، ضفدعاً بعد آخر. وهكذا تخلّت الضفادع بمعظمها عن مواصلة السباق إلاّ عدد قليل منها تابع بسالة تسلّق البرح. ولم تكفّ الضفادع المُشاهِذَة عن تعليقاتها «حقاً هذا لا يستحق العناء! لا أحد يستطيع الوصول إلى القمّة، انظر، لقد تخلّت جميعها تقريباً عن السباق!».

اعترفت آخر مجموعة من الضفادع المتبقية بهزيمتها أيضاً، إلاَّ ضفدعاً واحداً، ظلّ يواصل تسلّقه بعكس الجميع. وحيداً، ولقاء جهد هائل، وصل إلى قمّة البرج.

أصيبت الضفادع الأخوى بالذهول وأوادت أن تعرف كيف وصل إلى القمّة. اقترب ضفدعٌ من بينهم منه لكي يسأله كيف نجع في الاختيار. واكتشف بأنّ الضفدع الفائز كان أصماً!

احترسي إذاً واحذري جيّناً، يا كاميل، بأن لا تدعي نفسكِ تتأثرين برأي المحيطين بك. لا تدعي همتنكِ تفتر ولا تستسلمي للإحياط. حتى أولئك الذين يحتونكِ يلقون عليكِ أحياناً بعبء مخاوفهم وشكوكهم. شخّصي من يلوتون ذهنك وتصرّفي بطريقة بحيث لا يمكنهم أن يقلوا إليكِ عدوى رؤيتهم السلبة واللائمة والمتشكّكة...

ظلّ دويّ كلمات كلود يرنّ في أذبّي لوقت طويل وفقلت فعلها. لم يكن بوسعي، بل ولم أكن أرغب في السير إلى الوواء: تعلّق قلبي كثيرة بهذا المشروع المهني وكنتُ أشعر كم من المهمّ جدًا أن أسير فيه حتى النهاية. سوف يكون إبجازي الشخصي. فسلّمتُ نفسياً بسدّادات أذن، عاقدة العرم على المضى قُدُماً في طريقي.

28

ملاتي حفلة رحيلي عن الوكالة بمشاعر متناقضة، كانت عبارة عن مزيج من الارتياح والابتهاج وبعض القلق، تُرى هل اتخذت الخيار الصائب؟ فاجاً قراري الجميع. كان أغلب زملاتي في العمل يعتبروني بمثابة أم لطيفة لعائلة، تُقدِم على هامش حياة سطحية جداً وها أنا دا أتحول إلى صاحبة مشروع جرية في مشروع مهني مشكوك في نجاحه! كان من الصعب على قاعة الاجتماعات أن تستوج جميع المدعوين، لأن رئيسي في العمل كان قد دعا فرق العمل الأخرى، مستغيداً من رحيلي لكي يُقيم صلة بين الأقسام، أراد أن يصطاد عصفورين بحجر واحد.

كان البعض من الحاضرين، غير المُبالين تماماً برحيلي، بل وغير المُبالين بشخصي المتواضع، يتناولون بشهيّة الفول السوداني ويستمتعون بالشمبانيا المجانية من دون حتى أن يُفكِّروا في إلقاء التحية عليّ. بينما جاء آخرون إلى وتحدّثوا بيضع كلمات، غير قادرين على إخفاء مسحة من الغيرة لديهم .

- متجر في هذا الوقت؟ لدي صديق قام بهذا العمل نفسه؛ لم يستطع أن يكسب شيئاً طيلة خمس سنوات. لم يقُد هذا عملاً. إنّه بات تطرّعاً!

- صاحبة مشروع؟ اممم... لا بدَّ أنكِ تحبين الحياة في بؤس وشقاء...

بعد أن أغدقوا عليّ بحديثهم الممتع، غادروا بعد أن تركوا خلفهم عبارة «حظًّا سعيداً» والتي كان لها وَقُمُّ أقرب إلى عبارة «بس المصير». جعلتني جججهم وذراتههم أن أغلي وأفور. لماذا كل شيء ينصب دائماً على المال؟ أوعجني ذلك أشد الإزعاج. الحلم، وإن كان بالحد الأدنى، يقى حلماً لم يسبق لي قط أن شعرتُ بنفسي نابشة بالحياة كما أنا عليه في هذه اللجظة، وهذا لا يُقدّر بنس! لحسن الحظ أظهَرَ بعض الأشخاص بأنهم فعلاً راتعون. خاصة ميلسا، التي كانت تعمل في قسم الاستقبال، قدّمت لي باقة زهور جميلة. بينما انشغل صاحب الجمجمة الشبيهة بالبيضة بإيجاد هدية لي باسم الفريق: نفلية من الكريستال تُستخدم كحمّالة ورق محمدية، وهي قطعة زخوفية رائعة من ماركة لاليك! أخفيث بصعوبة دهشتي .

لكى تجلب لك الحظ في مشاريعك... سوف تضعينها في متجرك، اتّفقنا؟

- لكي تجلب لكِ الحظ هي مشاريعكِ... صوف تضعينها في متجركِ، انفقنا؟ عانقته بحرارة. كنتُ مذهولة لما أظهره من الرقّة واللطف!

اقترب منّي رئيسي في العمل بدوره وقرأتُ في عينيه ظلًا من الإعجاب والحسد.

- أتمنى لكِ التوفيق، يا كاميل؛ أتمنى بصدقٍ وإخلاص أن تتكلّل مشاريعكِ بالبجاح. أنب جرية جدًا بإقدامكِ على هكذا مغامرة، لا سيما في هذه الأوقات الراهة... بوجود الأزمة، لم يعد يجرؤ الناس على الإقدام على أي شيء؛ عموماً، إذا لم ينجع مشروعكِ هذا، لا تترددي أبدأ في العودة وطَرق بابنا. سوف يكون هناك على الدوام مكان لكِ.

- شكراً سيّدي. سوف لن أنسَ.

حتى وإن كنتُ أتمنى ألا أضطرٌ أبنا للعودة إلى الوراء... لقد أصبُّ الهدف سريعاً. عشر سنواتٍ من حياتي كماملة مرّت سريعاً وأصبحت من الساضي! كنتُ أشعر بأنني في حلم. ولكن كان من المستحيل أن أعرف إن كان ذلك جيّداً أم سيئاً.

بينما كنتُ أسير في الشوارع لكي أعود إلى بيني مع صرّي الصغيرة كمستقيلة من العمل، شعرتُ بأنني غربية عن نفسي، يهوّري خليطٌ من المشاعر المتناقضة، من ارتباح وفرح وإحساس بالحرية، ولكن أيضاً من فرع وخوف وقلق ودوخة...

في الأيام التي تلت، انشغلتُ من جديد بإتمام ترتيباتي المالية. كنتُ قد استعلمتُ

عن المساهمة الشخصية التي من التُفقرَض أن أقدَمها... كان يجب أن تُشكّل على الأقلّم الله الموجودة في الأفراج، الأقل 630 من المبلغ الإجمالي. حتى وإن كشطتُ كلّ أموالي الموجودة في الأفراج، ما كنتُ لأصل إلى هذا المبلغ تماماً...وبالتالي، تُرى هل سيكون هذا كافياً لكي أُقيع مصرفاً وأحصل على تمويل إضافي؟

بمساعدة من موظفي الهيئة الحاضنة، أعذذتُ ملفاً مُحكَماً للغاية، على الأقل، هذا ما كنتُ آمله. بعد أن أعددتُ خطّة عسلي إعداداً جَيْداً، انطلقتُ في هجومِ على المصارف.

في صبيحة أوّل موعد، كانت معدتي تُعتَشر وأمعائي تصارع. كنتُ أنظر إلى الساعة كلّ ست وثلاثين ثانية. ثمّ أخيراً، حلّ وقت الموعد. وحينما ينبغي الذهاب، يبغي الذهاب... في كلّ الأحول، لم يعد في اليد حيلة.

كنتُ قد أعددتُ لنفسي قائمة بأغاني الطاقة، أي الأغاني والموسيقى التي تمنح القوّة والطاقة. ليس عبثاً أن المقاتلين يتطلقون إلى الحرب على وقع الأغاني.

كنتُ أستمع في داخلي إلى أغية (نو سوربراير - لا مفاجآت) لمغني البوب البريطاني رديوهي، وهي أغية أعقد أنَّ أيُّ شخص يمكنه أن يكتب مصيره على وقعها. كنتُ أمشى في الشارع، وأنا أشعر بأنني مختلفة عن الأخرين، غارقة في فيلم قصّة نجاحي على الشاشة العملاقة. تُرى هل كان ما يحدث معى يُرى على رجهي؟

كنتُ أحاول أن أقرأ الجواب على وجه المارَة؛ أولئك الذين لا شكّ في انّهم كانوا يجدون من الغرابة أن أنظر إليهم بتلك الطريقة. لا يهمّ!

كانت يداي متعرقتين، ولكن كان لي جناحان أبيضان في ظهري: كنتُ على أتمّ الاستعداد للانطلاق .

لسوء الحظّ، كانت حماستي لمدّة قصيرة .

استقبلني صاحب المصرف بيرود. بالكاد ألقي نظرة على الملك الذي قدّمته. رَكَرْ على مساهمتي المالية الشحيحة واختصر حديثنا الذي بالكاد استغرق لمدّة عشر دقائق، ووعدني بأن يردّ على طلبي سريعاً. في الحقيقة، لقد الترم بوعده حول هذه النقطة. فبعد ثمان وأربعين ساعة، تلقيتُ ردّاً سلبياً على طلبي.

كان موعدي التالي في مصرفٍ في آخر أكثر سوءًا من سابقه، فقد تلقّيتُ الردّ السلبي بينما كنتُ في الشارع في طريق عودتي إلى البيت ويداي محمَّلتين بأغراض كنتُ قد اشتريتها. أضيفت إلى الانزعاج خيبة الأمل المريرة. توالت خيبات الأمل وبدأتُ أشعر أنّ حلمي يتطاير هباءً منثوراً وكان الخوف وخيبة الأمل يوخزان حلقي وعينيّ وأنفي. حينما فتح أدريان الباب لي، بالكاد قلتُ له مساء الخير، وأكملتُ طريقي إلى المطبخ حتى لا يقرأ على وجهى علامات الهزيمة التامّة. كنتُ قد نسيت أنّ للأطفال أجهزة استشعار عملاقة: إنَّهم يشعرون بكلِّ شيء.

- هل أنت بخير، ماما؟ هل تريدين أن أساعدكِ في ترتيب الأغراض؟ قلت له وأنا أتظاهر بالانشغال أمام خزن المطبخ:

- بخير، بخير، يا عزيزي، سوف أتدبّر أمري...

أدرتُ له ظهري عمداً، لكي لا يرى الدموع تنهمر على وجهي.

ذهبَت محاولاتي سدئ.

انحني نحوي لكي يرى على نحو أفضل عينيَ ويتبيّن فيهما الحزن، ثمّ سألني: - ولكنكِ تبكين، يا أمّى؟

- كلا، قلتُ لك إنني بخير! اذهب والعب في غرفتك.

- لن أغادر ما لم تخبريني ما الذي يزعجك!

يا لها من ثقة بالنفس! كان يحدث له أحياناً أن يلعب دور رجل البيت ويهتّم بي كما لو أنّه أبي. حينما شعرتُ بأنّه لن يتركني طالما لم أخبره بما يزعجني، شرحتُ له بأن المصرف قد رفض أن يقدّم لى قرضاً.

- أنت تعلم، لا يزال ينقصني بعض المال لإقامة مشروعي، والمصرف يرفض أن يقرضني هذا المال، ولذلك أنا حزينة هذا المساء، ولكن لا تبالي، فأنا لم أقُل كلمتي الأخيرة بعد! جهدتُ لكي أبتسم له عبر دموعي لكي لا أقلقه أكثر.

ضمّني بين دراعيه لكي يعانقني بشدّة وقال لي بلهجة واثقة كلهجة رجل يعرف الحاة حداً:

- لا تقلقي، يا ماما، سوف نتدبّر الأمور!

ثمّ دار على أعقابه وذهب ليلعب في غرفته. تصرّفه ذاك جعَلني أفرج عن ابتسامة. قلتُ في نفسي بحنان: يا لها من ظاهرة!

بعد أن قمتُ بترتيب الأغراض التي كنتُ قد جلبتها من السوق في خزن المطبخ، انتقلتُ إلى جلي الأطباق وانكبيتُ على الأواني التي لم أمثلك مساه اليوم الماضي الهمة لأقوم بتنظيفها. كنتُ أجلي الأواني بيأس وإحباط، على أمل أن تنجع هذه الحركة اليومية الأساسية في تهدئة أعصابي التي أُسبت معاملتها.

بينما بدأت بوضع المائدة، داعية أدريان إلى تقديم القليل من المساعدة، وصل إلى الصالون في هيئة متآمرٍ مذهول.

- ماما؟ تفضّلي، خذي.

ناولني مغلّفاً من ورق الكرافت. حضّني على فتح المغلّف، قائلاً:

حضني عا - افتحى!

ب نفَذتُ أمره واكتشفتُ في الظرف رزمة من الأوراق النقدية وما يقارب خمسين قطعة نقدية معدنية.

قال لي وهو يشعّ افتخاراً:

- هذا لك. لقد حسبتُ كل السبلغ: هناك مائة وثلاثة وعشرون يورو وخمسة وأرمعون سنتاً. وإذا كان هذا السبلغ لا يكفي، سوف أقوم ببيع آبيادي. وهكذا، يمكنكِ أن تقيمي مشروعكِ، هل اتققنا، يا ماما؟

تملكني انفعالٌ شديد. يا إلهي كم أحبيته في تلك اللحظة! كم كان جميلاً بعينيه المتلالتين وباندفاعه العفوي والطبيعي، وهو يويد أن يتقذني من الهويمة! أخذتُه بين ذراعتي لكبي أقبِّله وأحضنه بقوّة.

- شكرا حبيبي، هذه مبادرة رائعة من قِبَلك. ولكن اترك نقودك معك...

- تعديني بذلك؟

أكّدت له: - نعم، أعدك بذلك.

١٠ - - .
 بدا في آن واحد سعيداً وكذلك مرتاحاً لكونه قد احتفظ بمدّخراته. حينما رأى

الابتسامة وقد عادت إلى وجهي، لا بدّ أنّه اعتبر بأنّه قد نجح في مهمّته وانصرف إلى غرفته ليخيّر. كزه وقد ارتاح قلبه.

هذه العبادرة الرائعة جدًا وضعت بلسماً على قلمي. ما كان عليّ أن أستسلم لليأس. بالنسبة إليّ، بالنسبة إلى ابني، بالنسبة إلى كلّ من كان يؤمن بمشروعي، كان عليّ أن أصمد وأثار!

. وفي هذه الحالة المعنوية، استأنفتُ رحلة بحثي عن تمويلٍ لمشروعي وقلَمتُ ملفّي لمصرفِ ثالث...

من جدید، مضت بضعة أیام، وانتظرتُ ومعنویاتیِ منتفخة بهیلیوم الأمل. وهو أملً تطایر وتبعثر مرة أخری.

وقع علميّ هذا الرفض الثالث مثل الصاعقة.

ثلاثة مصارف! ولم يشأ أيّ منها أن يساهم في تمويل مشروعي! لم ينفع أيّ شيءٍ معها. لا ابتسامتي الرائعة على طريقة إيزاييل أوبير، ولا هيئتي الحكيمة والوائقة على طريقة غاندي ولا أسلوبي الترويجي على طريقة مايكل دوغلاس في فيلم وول ستريت...

استبدّ بي اليأس. وكذلك القلق. كنتُ قد تركتُ وظيفتي، وهناك الترامُ بتأمين نفقات لتصنيع نماذجي... إذا لم يستجب أيّ مصرف لطلبي، فهذا يعني أنبي قد انتهيت! سوف لن يكون أمامي آنذاك، سوى أن أرتمي على قدم رئيسي السابق في العمل وأتوسّل إليه لكي يستحني من جديد وظيفة لديه وأعتبر نفسي سعيدة باستثناف حياتي البسيطة المنظمة مثل نوتة موسيقية.

آه، كلاً، أبدأ لن أقبل هذا!

عدت إلى كلود. كنتُ أجترَ الكلام نفسه وأقول بأنبي بسببه هو أقدمتُ على السير في هذه الطربق! الانخراط في هذه الخطة الخرقاء! إنه هو من شجّعني على السير في هذه الطربق! والآر، سوف أسقط على وجهي... سوف لن يغفر سياستيان ذلك أبدأ... وإذا حدث ذلك، فإنّ هذه الحكاية السخيفة قد تطبح أيضاً بحياتي الراوجية وتدمّر حياتي العائلية. سوف أكون خالبة ومهانة وسوف يتركني سياستيان ويأخذ أدريان معه. سوف أكون محطمة ومكتبة وانتهى بالتشرّد في الشوارع لا مسكن يأويني! كانت الرحلة السيّنة تعم بأمر سحايا دماغي المتورّدة للغاية. كنتُ في قلب كارثة استراتيجية!

كانت أمّي على حقّ، هذا ضربٌ من الجنون! سوف لن أنجح أبدأ...

متورّة بسبب هيجاني (هناك دائماً خوف في الهيجان)، نزلتُ كالإعصار إلى عيادة كلود. تتأ له ولمنهجه اللعين... كنتُ سأخيره بما يجول في خاطري! سوف أضعه أمام مسؤولياته وأُجيره على أن... على أن... لم أكن أعرف بعد على ماذا، ولكنني سوف أجيره.

اجتزتُ حاجز السكرتيرة من دون أن أتوقف.

- سيّدتي، لا، لا يمكنكِ...

لم أبالِ!

فتحتُ باب المكتب كيفما كان. علَق كلود مكالمته الهاتفية حينما رآني أدخل إلى المكتب.

لحقت بي السكرتيرة وحاولت معي مرّة أخرى:

- سيّدتي، من فضلك.

- دعيها، يا ماريان. أنا سأهتمّ بأمرها. لحظة من فضلكِ، يا كاميل.

أنهى مكالمته بهدوء. أثار هدوءه غضبي أكثر؛ كان على نقيض كبير مع زوبعتي الهائجة. لماذا يجب أن يكون لهذا الرجل على الدوام مظهراً سامياً ووقوراً جداً، بينما أنا أفقر إلى التنظيم والترتيب؟ - ماذا حصل؟ حصل أنّ هذه هزيمة تامّة! وأنني تلقيتُ اليوم الردّ السلمي الثالث! وأن هذه نهاية كلّ شيء!

كنت أتجشّأ الكلام مثل ديكِ عجوز غاضب.

- اهدئي، يا كاميل، لا يزال هناك حلّ...

- آه كلا، إلى هنا وكفي! لقد ضقتُ ذرعاً بموقفك الإيجابي!

انظر إلى أين أوصلني موقفك الإيجابي! نعم، أنت السبب، أنت ونصائحك البلهاء! أنا سوقية في كلامي؟ هذا أفضل! أنا صدّقكك ووقفتُ بك... لقد فسحتُ عقد عملي الذي كان غير محدّد الأجل، وها هي التيجة الآن، لم يقد لديّ أيّ شيء! إلى الشارع، أينها السيّدة! كلا، ولكن، بصراحة... أين رأيتَ بأنني أمثلك كفاءة صاحبة مشروع؟ كان أمراً مفروعاً منه بأنني سأفشل في هذا الأمر!

تركني كلود أصبّ جام غضبي دون أن يتدخّل. بدا أنّه يتأسّف لرؤيتي في تلك الحالة. لدى سماعها توبيخاتي، عادت مساعدته تدق الباب .

- هل كلّ شيء على ما يُرام، سيد دوبونتيل؟

- نعم، كلّ شيء على ما يُرام، ماريان، شكراً لكِ.

السيدة تيفينيو تنتظر بفارغ الصبر... لديك موعد عند منتصف الساعة.
 هل يمكنك أن تعتذري منها وتطلبي منها بأن تأتى في الأسبوع القادم؟ شكراً،

ماريان.

للغي موعد زبونة من أجلي؟ نظراً إلى حالتي المراجية، سركي أن أشترش عليه عمله الذي كان قد رتبه أحسن ترتيب لفترة ما بعد الظهيرة. كان قد دفعني إلى أن أتحمّل المخاطر لكي أقدم على مفامرة مهنية مجنونة تماماً، وكنتُ أعتبر بالله يتحمّل جوءاً من المسئولية في حالة الفشل.

- اهدائي، يا كاميل! ثلاثة إخفاقات أيضاً لا تعني أنّ كلّ شيء قد صاع تماماً. مصرف، مصرفان، عشرة مصارف... يجب أن تتابري! وإذا لم يكن هذا هو الدُّرج المفيد، يجب فتح أدراج أخرى؟ - المثابرة، المثابرة! أنت تمزح. لستَ أنت منْ عليه أن يقرأ كلّ يوم القلق أو الاستنكار في أعين أقاربك!

- «في مواجهة الصخرة، ينتصر جدول الماء دائماً، ليس بالقوة وإنّما بالمثابرة». ه. جاكسون براوز...

- بدأت تثير غضبي بحكمك وأمثالك! ليس بهذه الحكم والأمثال سوف أحصل على قرض مصرفي؟

- ربّما لا. ولكن أيضاً لن يكون ذلك من خلال وضع نفسكِ في حالة كهذه... كم الساعة؟

> - كيف ذلك، كم الساعة؟ إنّها السادسة والربع مساء، لماذا؟ - معتاز، لدينا الوقت المناسب تمامأ...

- ممتار، نديه الوقت المناسب تماما... سألتُ وأنا غاضبة من ألغازه التي لا تنتهي:

- لدينا الوقت لماذا أيضاً، يا كلود؟

- سوف ترين الآن! هيّا، خذي معطفك!

- ولكن...

لم أستطع أن أعترض أكثر. أمشك كلود بكمّ معطفي وسحبني إلى الخارج جرياً. كانت سطوته الطبيعية لا تُجاذل. علاوة على سيارته التي كنتُ أعرفها من قبل سين قوسين، كانت سيارته الجاكوار مخصّصة للمسافات المجدة، كان يعتلك أيضاً دراجة سكوتر تنظره أمام باب العيادة. وضع كيفما كان خوذة ضخمة على رأسي، كاتماً بذلك آخر احتجاجاتي.

عُصنا داخل باريس. كنتُ أتشبّت بخصره وأنا متشبّه وخالفة في آبِ واحد. مواكب السيارات في الشوارع والوجوة منهات السيارات في الشوارع والوجوة منهات السيارات وفُرتة التعاليل والذهب البرّاق في قشّها وعمق نهر السين وضفافه الساحرة والأرواج اليابنون الذين يقفون أمام آلات التصوير لكي يخلدوا ذكرياتهم والباتعون الذين يبمون بضاعتهم على عجل والفضوليون الشذّج المتسكعون في الشوارع والمستعجلون الذي

يسرعون في سيرهم... كلّ هذه التركيبة كانت تصيبني بالدوّار.

وضع التوقف المفاجئ لدراجة السكوتر التي ركنها كلود على رصيف، نهاية لاستغراقي في حلم اليقظة المديني.

أمامي، كان ينتصب مبنى حجري رماديّ اللون: كنيسة سان جوليان لو بوفر. صرّح كلود وهو راض على نحو ملحوظ عن تجربته الصفيرة:

- لقد وصلنا في الوقت المناسب .

كلود، بصراحة، لستُ مستعدّة لأن...

- عود، بعنو على مستحده دن... لم يدعني أكبل جملتي. جعلني أسرع الخطى لكي ندخل إلى الكنيسة ووجدنا

م يدخي خوس جنسي. جنسي عمرج المطلق التي تناص بي المليسة ووجده لأنفسنا محلّين شاغرين في الصف الثالث.

- صه! اسكتي الآن واستمعي.

كنتُ سأعترض ولكن في تلك اللحظة، تقدّمت امرأة واعتلت المسرح، برفقة رجلٍ يرتدي برّة غامقة والذي جلس بطريقة احتفالية إلى البيانو.

بث اللحنان الأوّلان الهدوء فيّ. بدأت علامات المتعة، في انتقال غير مرئي، تداعب طبلة أذنىً، خالقة في كلّ جسدي تموّجات مهدّئة.

ولكن مع اللحن الثالث أسرني الانفعال، حينما تعالي صوت معروفة «أفي ماريا»'' بصفاء كريستالي في جناح الكنيسة. سَرَت قشعريرة في كلّ جسدي ودبّت فيّ الحماسة والحميّة، صعدت الدموع إلى عينيّ...

كان كلود يلقي عليّ نظرات مواربة، سعيداً بلا شكّ برؤيته بأنّ السحر كان يأخذ مفعوله.

سرَت رعشات في كلّ جسدي. كنتُ أشعر كما لو أنني مرتبطة بشيءٍ ما في «العالم العلوي» من دون أن أمثلك القدرة على أن أقول ما هو هذا الشيء… ولكنّ هذا الإحساس كان يجعلني أطلح بالقوّة والحماسة.

أمضيتُ ما تبقى من الحفلة الموسيقية محلَّقة فوق الغيوم.

⁽Avc Maria (1) واحدة من المقطوعات الموسيقية الأكثر شعبية لفرانز شويرت. -المترجم-

عند خروجنا من الكنيسة، قرّرنا أن نذهب لشرب كأمٍ في حانة «كافو دي زوبلييت».

- كلود، أنا آسفة جدًا على ما بدر متي من هياج وغضبٍ قبل قليل... كان ذلك فعلاً إجحافاً متي بحقك. أنت تفعل كلّ ما بوسعكِ لكي تساعدني وأنا أعرف ذلك جُداً... وإذا فشلت، لن يكون هذا خطأك.

- «النجاح هو أن تنتقل من فشل إلى فشل من دون أن تفقد حماسك»، هكذا
 كان ونستون تشرشل يقول...

- لقد عدت إلى تكرار أقوالك وجملك !

- علمراً، علمراً أردتُ فقط أن أقول لكِ مرة أخرى بأنّ ما تعيشيه في هذه اللحظة من خلال بحثك عن تمويل لمشروعك ليس فشاذ. وإنّما هذا جزءً من المخاطر والاحتمالات ومرارات مسيرة نجاح. لقد اصطحبتك إلى هذه الكنيسة لكي أجعلك تشعرين من جديد بالحماسة والحمية. يجب أن تحافظي على إيمانك! ثقي بنفسك. أنا من جهتي، أتى بك!

دمدمتُ وأنا ما زلتُ على بعض التحفّظ:

- اممم...

سألني وهو يمدّ يده لي:

- هل أنتِ جاهرة للانطلاق من جديد، إذاً؟ تردّدتُ لثانيتين، ثمٌ مددتُ له يدي،
 وقلت:

- نعم، أنا جاهزة للانطلاق من جديد.

بعد مرور بضعة أيام، حصلتُ على موعدِ مع مصرف بويوليس. قرأتُ في مجلة بألهم مشهورون في دعم أصحاب المشاريع الصغيرة المهنلين من قبل القنوات التمويلية التقليدية... لم أعقد أيّ أملٍ، هذه المرّة، حتى لا أصاب بخبية أمل.

حينما وردتني مكالمة هاتفية، بعد مرور ثمانية أيام، لتبلغني بالردّ الإيجابي على طلمي، سقطتُ جاثية على ركبتي في شقّتي من جراء الانفعال والفرح. انتظرتُ أن أغلق السماعة لكي أطلق صرحةً! صرحة فرح بانطلاق رحلة النجاح. كنتُ على وشك أن أخلع قميصي وأرفعه فوق رأسي وأنا أركض في كلّ مكان مثل مجنون وأنا أصرخ: «هددددددف».

لقد حصلتُ أخيراً على جواز سفري إلى حياةٍ جديدة.

جعلبي انتصاري أن أستحق قلادة رابعة من زهرة اللوئس من ماركة شارمس، وهي بنفسجية اللون، هذه المترة، والتي كنتُ أداعها بطريقة آلية في عقبي، مثل أحجية جالبة للحظ والسعادة. ما كنتُ لأصدَّق قط بأنني سوف أقطع بهذه الطريقة مراحل التغيير ودرجاته، ولكن الفضل في ذلك كان يعود لحقيقة أنَّ المستهج الذي اقترحه كلود علي كان يفعل فعله ويحقّق نتائجه. الآن وقد أصبحتُ أملك الرأسمال المعللوب، كان بوسعي أخيراً أن أضع موضع النفيذ، ما هو مطلوب لتجسيد فكرة عن تأجير الأليسة الفائقة الجودة للأطفال الصغار، بأسعار معقولة جناً تناسب الجميع.

كان من المتوقع أن نفتتح المتجر بعد ستة أشهر. ولن يكون هناك يومُ واحد لنضيعه، منذ الآن وحتى تاريخ الافتتاح، حتى يكون كل شيء جاهزاً! للحظات، شعرتُ وكانسي تحوّلتُ إلى روبوت ذي أعضاء آلية متعدّد السهام. كان عليّ أن أكون في كلّ مكان في آنٍ واحد: أن أكون في الابتكار والتصميم وفي الشفيذ وفي تأمين المستلزمات...

بات اواماً عليّ أنَّ أستعين بمن يساعدني. لا خلاصٌ من دون ساعدٍ أيمن! وفي هذا الخصوص، أسوف في البذح إلى درجة أنبي استعنتُ بأربعة سواعد، أقصد ثمانية سواعد إذ حسبنا أيضاً السواعد اليسرى. باختصار، أربعة أزواج من الأبدي التي لا مثيل لها والتي وُجدت لدى خيّاطات شابّات شرّقنني بأن رأين في مشروعي نقطة انظلاق لحياتهنّ المهنية. فقد وفقن على أن يعملن معي برات رهيدٍ إلى أن يتم الانظلاق

الرسمي لأعمالي وقبلن المراهنة على نجاحي. استقرّ فريقنا المصقرّ في حانوب استاجرته في شارع لوغوف، قريباً جدًا من لوكسميورغ. لم يكن الحانوت كبيراً، ولكنه كان يلتي جاحبتا في بداية عملنا. وكان للمحلّ الكثير من السحر والجمال. كانت عوارضه الخشية ظاهرة ويحتوي على سقيفة وحجرة خلفية شارة جيّداً وحتى الطابق السفلي فيه، كان يمكن استخدامه كفرقة لتبديل الملابس وتخصيص ركن صغير منه كمعلمخ.

- انّه أنيقٌ جدّاً، يا ماما!

أكثر ما كان يُشغل ذهبه هو أن يعرف إن كنتُ سأصبح ثرية. كان يتلقى بتعداد ما سيمكننا أن نقدته لأنفسنا، إن أصبحتُ مشهورة بفضل حالوتي. كان يرى نفسه وقد أصبح على متن أجمل السيارات، بحيث يقتني سيارة بورش حمراء اللون في يوم، وسيارة بوغاتي سوداء اللون في اليوم التالي... كان لذيفاً وجذاً بأ جداً بعيبه المتلألئين بالإثارة والأنفال! كنتُ أستمع وأبهج برؤيته وهو يستمتع بتلك اللحظة من عدم الاكترات والشُعّم البسيطة...

قلتُ في نفسي مع ابتسامة حنونة: «احلم، يا ولدي، احلم، ولتكن الحقيقة دائماً لطيفة لك!».

كما أنني لم اوقر جهداً ولا وسيلةً لكي أجد شركاء من شأتهم أنّ يرتودني يأقلّ سعر الألبسة المنسوجة من القطن والقنب العضويين، بل وحتى المنسوجة من صوف الألبكة\"، وصوف القطامن البري\" ونبات الخيزان.

حينما تلقيّتُ أخيراً طلباتي، لمستُ وداعبتُ لوقتٍ طويل تلك المواد المدهشة، مبتهجة بفكرة ما سوف أصنعه منها.

خلال هذه الفترة، كنتُ مأخوذة بفورانٍ إبداعيّ لا يمكن كبته. كنتُ أنام قليلاً

⁽¹⁾ أيكة: هو حيوان ثدئ ذو حافر مدجن شبه مستأنس من فصينة الجمديات يعيش في أعالبي جبال الأنديز بأمريكا الجنوبية ويشبه طهوب الرقمة: ويشبه أيضاً اللاما الصغيرة. -المترجم-(2) القطاس البري: حيوان مجتز يشبه التور فو صوف طهير: يعيش في النيبت. -المترجم-.

ولكن، وعلى نحو غريب، لم أكن أشعر بآثارٍ مزعجة لقلّة النوم. كنتُ أتعجّب. أنا الني كنتُ في العادة أبدو مثل حلوون الومن العصبي إذا ما عانيت من أدنى قلّة في النوم... ربّما كان الممكن الاعتقاد بأنني كنتُ مخدّرة. وبمعنى من المعاني، كنتُ فعلاً كذلك، مخدّرة بالحماسة! كانت تليتي لرغباتي الأكثر عنقاً بهذه الطريقة تغذيبي أكثر ممّا يمكن لأكن نسخ آخر أن يفعله. لم يسبق لي قط أن كنتُ مسكونة بهكذا طاقة!

كان كلود يتابع خطواتي وتقدّمي نحو الأمام مثل أبٍ مفرط العنابيّ بأولاده. وعلى ذكر الأب، لم يتواز عن تذكيري بأنّ في قائمة الأهداف التي بقي عليّ أن أحققها هناك هذا الهدف: أن اتصالح مع والدي.

هنا، اعترضتُ.

- كلود، حقًا هذه ليست اللّحظة المناسبة لكي تطلب مني هذا الطلب. أنت ترى جيّداً بأنني منهكة تمامًا! ليست لدي دقيقة واحدة من الوقت لكي أهمّم بنفسي...

- على العكس، يا كاميل، ليست هناك لحظة أفضل من الآن. ثمّ ألّك تشعرين جَيّداً بأنّ هذه المسألة تلحّ على تفكيركِ منذ سنوات وتضايقكِ مثل شوكةٍ في قدمكِ... لماذا ستيقين ليوم اضافي مع هذا الألم؟ سوف ترتاحين كثيراً بالقيام بخطوة إلى الأمام لنسوية هذا الوضع. كاميل الجديدة لا تترك المشاكل معلّقة، أليس كذلك؟

-حسناً، حسناً، لا بأس... سوف أرى إن كنتُ أستطيع أن أجد وقتاً لذلك...

كان يشر غضبي أن يفرض علي هذا الأمر في هذا الوقت بالذات... ولكن هل فعلاً كان يفرضه عليّ؟ كنتُ أعرف، في أعماقي، بأنه كان محقًا. لم يكن بوسعي أن أثوك الموضوع يطول أكثر، كان عليّ أن اواجه هذا الموقف. كنتُ قد خيَّاتُ هذه الحكاية بضرة مكنسة تحت سجّاد وعي، معتقدة بأنّها سوف تُسى بمرور الوقت. ولكن هيهات! فهي لم تكفّ، طيلة هذه السنوات، عن قضم معنواتي بمكرٍ. كان الإحساس بالذنب الممزوج بالحقد، الجاثم على قلبي، يؤدّي عمله كمنقّب.

ولكن يمكن لي أن أسامح ذاك الشخص الذي لا يمكنني أن أناديه سوى «والدي» على تركه لنا قبل أن أخطو أولى خطواتي؟

كانت قد مرّت ستّ سنوات لم ألتي خلالها أبي. منذ ذلك المشهد الفظيع الذي أردث خلاله أن أقوم بتصفية حسابي معه، أو انتزاع طوابعي كما كان كلود ليقول. في تلك الفترة، بصارحة، كانت بعدقية إطلاق اللوم والعتاب ما ألزّت به! كنتُ قد صببتُ عليه جام غضبي وغمرته بكم هالل من اللوم والعتاب دون أن أثرك له أدبى فرصة لكي يضر موقفه. كان الفضب قد غزا عروقي مثل شمّ الشكران. كنتُ أجهد لكي أسيء إليه. غضب فتاة صغيرة بوسمها أن تقلب طاولات وتكسر كرابي. كان كل الجزء الأسود غير داخلي يتدفق مثل ثوران بركانٍ. كانت كل المشاعر والأحاسيس السلبية المخرّلة خلال نوات عبابه الطويلة تصعد إلى السطح. كنتُ أريد أن أجعله يدفع ثمن ابتعاده عنا برشقات من الكلمات القاتلة... لماذا ترك والدتي؟ هل كنتُ طفلة صاحبة جداً بحيث لم يستعلم أن يتحملني؟ أبن كان هو، حينما كنتُ أخاف، حينما كنتُ أتألم؟ لمسوء الحعلة الفجر غضبي على وللدي في وجهي مثل قبلة يدوية أرع منها مسمار لرأمان ووصلتُ إلى نتيجة لم أكن أتساها حقاً: قطيمة تاتة ونهائية.

مرّت الأسابيع والأشهر والسنوات من دون أن أجرؤ على أن أخطو الخطوة الأولى نحو المصالحة... كنتُ أخشى من ردّة فعله والأسوأ من ذلك أن يرفضني من جديد.
بالرجوع إلى الوراء، أدركتُ على نحو أفضل لماذا كان قد هجر البيت. كنتُ بمثابة
حادثة مفاجنة في حياته، في حين كان لا يؤل في مقبل شبابه. وهو في الثالثة والمشرين
من عمره، لم يكن يتوفّر لا على النشج ولا على الحافز لكي يتحمّل مسؤولية المفل.
ومع ذلك كان قد ساعد والدتي بقدر ما كانت واردات تسمح له بذلك وكان يأتي لويارتي
من وقب إلى آخر. كانت تلك اللحظات النادرة والثمينة تتوك لدي ذكرى لا تُسى،
المذاق الحلو لفول البنات.

استغرق الأمر بعض الوقت حتى عثرتُ على دليل الهاتف الصغير والثمين، المغبرّ

والمهشّم، والمدفون تحت كومة من الأوراق المكدّسة في قعر درج من الخزانة.

لقد كان موجوداً... رقم هاتفه...

مكثتُ لدقائق طويلة أمام سمّاعة الهاتف. كان قلبي يدقَ ويداي مبلّلتان بالعرق وفمى جافّ خوفاً من فكرة ألا أعثر على الكلمات. ثمّ، أخيراً، انطلقت.

> سمعتُ طنين الهاتف، ثمّ رفع السمّاعة: - أله؟

> > -

...

- ألو؟؟

- بابا؟

... كان بول بويز يقول: «الغُفران لا يُنسى الماضى، ولكنّه يوسّع درب المستقبل».

کان بول ب وهذا صحیح.

بعد ثلاث المكالمة الهاتفية مع أبي، شعرتُ بأنين أكثر خفّة وراحة. كان ذلك كما لو أنبي قطعتُ الحجل الذي يربط إلى مؤخرة صفيتي براميل ثقيلة تعنمها من النقدَّم نحو الأمام. ثمّ وجدنا صوت القلب، الصادق والنزيه، لكي نقيم جسراً للتواصل بيننا. ثمّ وجدنا صوت القلب، الصادق والنزيه، لكي نقيم جسراً للتواصل بيننا. استبدّ التأثّر بنا، فانتقنا على أن نتاول الغداء معاً. تلك اللحظة من الألفة أقاحت لنا الفرصة الوحيدة لكي نلقي عن كاهلنا عبء جروحنا وكدماتنا المتبادلة ومنحتنا خلاصاً جميلاً. حينلاً لكي ألقي عن كاهلنا عب، جروحنا وكدماتنا المتبادلة ومقعل وقوف، فتحنا من جديد أنواساً...

ظلّ قلبي مشدوهاً لذلك.

على نحو غريب، منذ أن تصالحتُ مع أبي، كنتُ أشعر بأنني مرتاحة في علاقتي الروجية أيضاً. تُرى هل كنتُ أدرك الآن الاختلاطات التي كنتُ أصطنعها منذ أمدِ طويل بين تصرّقات وسلوكيات أبي وتصرّقات وسلوكيات زوجي؟ إلى أي درجة كان الخوف من أن أهجَرَ طلما هُجرت أمي قد ستمني وألقى بظلالة على علاقتي مع سياستيان؟ لكنّ كل هذا انتهى الآن. سوف لن أذع قط بعد الآن أن يتفاعل الماضي مع الحاضر ولا يتحكّم بعلاقاتي. !

بالطبع، قد لا أستطيع أن أمنع زوجي من أن يفادر مع امرأة أخرى، إذا ما شاء القدر أن يقرّر ذلك. ولكنني الآن مطمئنة وهادنة ووائقة: كنتُ أعرف بأنني، مهما حدث، سوف استطيع أن أعتمد على مواردي الداخلية لي أواجه السوقف. وكان هذا اليقين يستحيى قرّة هاللة، قوّد لم أتصرّر قط بأنني سأطكها.

كنتُ اداً، على ما يبدو، قد عقدتُ السلام مع الجنس الذكوري. كنتُ أستمتع وأسئلُ بهذه الفكرة وأنا أشرب كوياً من الشاي الأعضر اللذيذ، حينما، ذات صباح، دخل سيباستيان إلى المطبع وهو يناولني مغلّقاً.

- تفضَّلي، هذه لكِ، رسالة من البريد.

في داخل المغلِّف، كانت هناك رسالة قصيرة:

موعدنا يوم الغبيس حيَّام «فضاء ألف ومائة سبا» لعقد اجتساع فيَّة! كوتم على البوعد بدقَة: الساعة الثانية من بعد الظّهر تساماً، إلى اللقاء يوم الغبيس: كلوز

أيّ مكيدة يُدبّرها أيضاً؟

كان سيباستيان، وهو يُدهن بالويدة شريحة من الخيز، ينظر إلى من زاوية عينه، وهو يمضغ في الوقت ذاته شطيرة. - هناك عمد أيضاً؟

- أوه... نعم! ماذا تريد...

- لم بعد أحدٌ بوقفك! -

لم يعد أحد يوفقكِ:

شعرتُ بأنّه مرتبك بعض الشيء، مضطرب -ربّما لن أعرف ماذا أقول بالضبط-، واقترب منّي لكي يختطف منّي قبلة وقيقة.

- لا تقلق. تستحق اللعبة كلّ هذا العناء! وعمّا قريب سوف ترى النتائج!

- لا شكَ لدي في ذلك...

يوم الحميس، تركث الفتيات في المشغل، تاركة تعليماتي لفترة ما بعد الظهيرة وأسرعتُ إلى موعدي، ليس من دون أن أرتدي ثياباً أنيقة ومنميزة كلّفتني بعض الشغير والكلمات الماجنة في الشارع. تورّدت حدّاي خجلاً، ولكن نظراً إلى عنوان موعد اللقاء، في الدائرة السادسة عشرة، قلتُ في نفسي بالله من الأفضل أتصرَّف حسبما تقتضي الظروف. ثم أليست هذه فرصة مناسبة لكي أرى كيف كنتُ أخرج في قالب وهيئة كاميل الجديدة؟ إذا كنتُ سأصدق نظرات الإغراء التي كنتُ أحصدها في الشارع، فهذا يبدو أنّ الأمور تسير على أقضل ما يُرام.

حينما دفعتُ باب حمّام «فضاء ألف ومائة سماء»، انقطعت أنفاسي دهشة. كان البهو لوحده يبدو وكأنّه يغني نشيد جمال القصر المشرقي. مواد رقيقة ومرهفة، أثاث بأشكال أنيقة ، أربعُ عطورٍ لطيفة ، ألوانُ زاهرة وزاهية ... لقد امتلكي إحساسٌ بأنبي أقوم برحلة عبر الرمكان. يا لها من سمادة! ويا لجمال هذه الثُوّيات! وهذه الفوائيس القديمة! وهذه السجاجيد الرثيرة، هنا على الأرضيات الخشبية القديمة، وهناك على المنمنمات الفنية البدوية! شعرتُ في الحال بأنبي مأخوذة بالجوّ الجدّاب والفتّان للضوء الخافت الذي كان يسقط على كلّ وجه ظلالاً سحرية.

لكن السرّ الوحيد الحقيقي ظلّ: لماذا دعاني كلود إلى هنا؟ ومع هذا السؤال الذي كان يجول في خاطري، توجّهتُ بخطى واثقة نحو موظّفة الاستقبال.

> - الحانة، من فضلك؟ لديّ موعد. - في آخر الممرّ، على يساركِ مباشرة.

سي عر مستر، على يسترب به عرب. سلكتُ الطريق التي أشارت إليه، وقلبي يدقّ في صدري بدقّات أقوى. ما الغرض

من وراء هذا الإخراج؟

حينما وصلتُ إلى الحانة، التي كانت بروعة ديكور وتزيين البهو نفسها، تفخصت الأشخاص الموجودين. لم يُشِر لي أيُّ خيال من بين الحاضرين إلى خيال كلود... لعنته في داخلي على تأخّره في المجيء إلى الموعد: كنتُ أخاف من السنكَم لوحدي في مكانٍ كهذا. وسرعان ما أماء الرجال النواء حيال امرأة لوحدها! فحاولتُ أن أمنح نفسي هيئة امرأة وقورة وأظهر ثقة بنفسي، وأنا أردّد في ذهني تعويذتي التي باتت عادة عندي منذ بضمة أمايه: «أنا إيزابيل أوبير، أنا إيزابيل أوبير..».

كان الرجل الجالس الجى الطاولة المُجاورة لي يدير ظهره ويستحيي رؤية واسعة ليرّكه بلونها الأرزق البحري، ومع ذلك بدا لي ظهره حسن النقاطيع. قلتُ في نفسي بأنّ أعلى ظهره جميل، قبل أنّ السح باضطراب بأنّ الظهر كان يُدار.

وقال لي الرجل مع ابتسامة لطيفة:

- أنتِ هنا!

- ولكن... ولكن... ماذا...

- حسناً، ها أنك ترين، ليس هناك سوى صديقك كلود من ينسّق المفاجآت!

أحاط سياستيان وجهي يديه كما لو أنّه يمسكه بصورة نفيسة وتباني بارتحاه. تأجّمت بالإثارة أكثر ممّا يبغي، مرتبكة بلدّة من وقاحة وفظاظة هذه القبلة في هكذا مكان. لحسن الحطّ، كان النادل يتظاهر بالنظر إلى مكانٍ آخر، ابتعد سياستيان عني وحدّق بعنيه في عيني لكي يراقب الآثار المدترة على نحوٍ لطيف لجرأته. كان فمي ملعه وبدّت نظرته المتوضّجة تدعر إلى ثورة حبّا وغرامنا.

ىلغتمت.

- لا يُصدّق! ولكن كيف تصرّفتَ لكي...

- يتفق أن صديقك كلود لطيق أكثر منا كنث أتصرّو! لم يتردّد في التواطؤ معي لكي يساعدني على إنجاح هذا الإخراج الصغير: لقد كنبّ الرسالة لكي يوهمك بأنّ الموعد معه هو... مقلبّ ممتع، أليس كذلك؟

- سوف أربه!

قلتُ ذلك، ولكنني في الحقيقة كنتُ منبهرة للغاية بالنتيجة بحيث لم يكن بوسعي أن أحقد علم, كلود.

سألتُ سيباستيان:

- والآن؟ ماذا تنوي أن تفعل لي أنا التي تحمّلت عناء الانقطاع لبضع ساعات عن عملي الثمين؟

- امسم... سوف أفعل لك أموراً سوف لن تجعلك تندمين على المجبىء إلى هنا! ثمّ إنّ بعض الوقت من الاستراحة لن يجعلك سوى أكثر عطاة وإنتاجاً، أليس كذلك، يا سيّدة الأعمال المفضّلة لذي؟

كان قد أعد لنا برنامجاً جهتمياً. حيام ساونا، مسبح، التدليك للطيف بالصابون الأسود بريت الأوكاليتوس. استسلمنا كتاني للأيدي الماهرة للممستدات الشاتات المنتميات إلى جزيرة بالي الإندونيسية اللواتي جعلننا نحلّق قريباً من السماء السابعة. كان كلّ جسمي يسترخي بينما كنتُ أمسك بيد سيباستيان في لمسة وقفة كانت تريد، إذا دعت الحاجة إلى ذلك، من اللَّذة الجسدية لتلك الاستراحة الحسية الحركية... حينما غادرنا الحُجرة، لم أكن ألاس الأرض.

كان العشاء على ضوء الشموع الذي تلا ذلك ذروة ذاك النهار وأرسلت حليماتي الذوقية مباشرة إلى البيرفاتا". كان هذا المكان يُدغدغ الحواس كما لا يُدعدعها أيّ مكان آخر. لكن أكثر ما سلب لتى هو التأكد من أنّ سيباستيان كان ينظر إلى من

جديد بعينيه السابقتين مثل شهرزاد...

وهذا الأمر بالذات كان أكثر من كونه هدفاً تمّ بلوغه، بل كان بمثابة أمنية وقد تحقّقت!

 ⁽¹⁾ نيوفانا: في اليوذية هي حالة الخعو من المعاناة: وإبتعاد الإنسان عن كل المشاعر السبية
 من الإكتباب والحون والقعق وغيرها... تُستعس اليوم لوصف حالة من النشؤة والسعادة
 القصوى. «المترج»

الاستراحة الغزلية والمثالية المقدّمة من قبل سياستيان أثارت حيتي, ولحسن الحطّ،
لان الفترة التالية كانت مُجهدة على نحو فظيع. كان علي أن ألترم بمُهُل مستحيلة وأن
اتفاوض مع موتودين شرهين وأن أدير فريقاً غير خيير وأن أنقذ مهام إدارية لا تُصدق وأن
أيتكر التصاميم في الليل وأنظم العمل في النهار...اختصار، لم أكن بعيدة عن إمكانية
أيتكر التصاميم في الليل وأنظم العمل في النهار...اختصار، لم أكن بعيدة عن إمكانية
الفشل والانهيار. لحسن المحطف، كان تحت تصرّعي فريق دعم استشائي. كان أفواد
عائلي وأصدقائي يتقاطرون لزيارة مشغلي لكي يُظهروا بقوّة دعمهم وتشجيعهم. وكان
دلك يدب الحرارة في قلمي ويمدّني بالحماس والاندفاع. كم وددتُ أن يكولوا فخورين
د

كلود، عربزي كلود، هو الآخر لم يوقر جمهوده :كان قد وعدني بأن ئقيم علاقات مع الصحافة. كان يقول بأنّه يعرف الناس... وهذا أمرَّ، على الأقل، ما كان عليّ أن أنشفل به! ماذا عساي أن أفعل لكي أشكره وأردَّ له جميله ذات يوم؟

في ذلك الوقت، كان طفلي الجديد ينمو ويكبر. وكانت الولادة ستتمّ عمّا قريب. وبالتالي كان قد آن أوان أن نجد له اسماً. نظمتُ جلسة عصفت ذهني في الحجرة الخلفية من الحانوت. كان كلود قد نصحني بأن أستذكر أشخاصاً من خلفيات وآقاق مختلفة. سوف تكون المسألة أكثر أزاء بهذه الطويقة وستكون المادة الأولية المبدعة أكثر معمة وإثارة للاهتمام. علاوة على الخياطات العاملات في مشغلي، دعوتُ أيضاً مريّلة الشعر خاصي وكذلك المدلّك الطبي خاصي وحثتهم على المشاركة في عملية اختيار اسم الماركة التي سنعتمدها وقد قبلوا جميعاً بلطف أن يشاركوا في هذه اللمجة. أعلنتُ لهم عن القاعدة المسبقة لكل جلسة ابتكار، CQFD: لا انتقاد ولا وقاية؛ أفكار وفيرة، خيال مدع، تميّز وغراية؛ الافتراحات المقلّدة، تُوفَعن... ومع ذلك كان علينا أن نحتفظ في ذهننا بالنقاط الرئيسة 'الفئة المستهدفة – الأطفال من مثل 3-0 سنوات والعرض الخاص – ألله تاتية الجودة بأسعار الأليسة البحاهرة بفضل التأجودة بأسعار الأليسة البحاهرة بفضل نظام التأجود أسعار الأليسة البحاهرة المخاصة المتحدد عليه المتحدد المتحدد

ولكي نقوم بتنشيط خلايانا العصبية، بدأنا نلقي كيفما كان وعلى نحوٍ عشوائي على ووقة كلّ الكلمات التي خطرت على بالنا، ثمّ قرزنا أن نفتش على نحوٍ أكثر دقّة عن المفردة الخاصّة بطفلتنا الصغيرة:

> يو مق شو، برانسيل ميغون. كاكابودا (فلتنا لا رقابة)، أو كوم شروا يوم، أبراكلمابرا، باثابون، ميشى، باميان، ميلو، 123 مولي، بيرويت. كاكلوبت، بيبينكامان، بيرمو، يتى دو...

> > كتبنا أيضاً بعض الكلمات المرتبطة بعالم الخياطة والموضة:

دو فی أون إینوی. پوتون دور. دوا دو فی: کریاسیون. لا کوئتین آلا مود دور شی نو…

ساعدنا كلود في إنشاء تحديد موقع. على الخريطة التوضيحية، كان محوران يتقاطمان وبشكلان أربعة أقطاب: عالم الطفولة العملي، عالم الطفولة «السعيدة»، البيولوجيا العادلة، أزياء للإيجار. وهكذا، سوف نستطيع أن «نصنّف» اكتشافاتنا، الأمر الذي قد يسهّل خيارنا.

- ثم بدأت حملة اقتراح الأسماء...
 - قالت مزيّنة الشعر خاصّتي:
- فاشيونيمو! هل الأسماء التي تنتهي بـ«يمو» مناسبة؟ نيمو، جيرونيمو، بينوكيو؟ أو مينيمود؟
 - حسناً! لقد دوّنت...
 - اقترحت جيرالدين، إحدى الخيّاطات العاملة لدي:
 - ولماذا ليس: لي بوتيت دُوا دُور(Les Petits Doigts d'or) ؟
 - صرخت لوسي، مبتهجة باكتشافها :
 - أو ماي إي ماليس(Mailles et Malices) ؟ قالت فاسه: :
- لي بي بي فير(Les BB verts)! ما رأيكم؟ لدينا الكثير من الأطفال السُمر! هذا
 - مَيلٌ. قال المدلك الطبي خاصتي:
 - ەن خىندىن خىنبى خاتىم - يومود!
 - آه کلا! هذا اسم طبّی بإفراط!
 - لا انتقاد، قلنا ذلك!
 - د المفاد) فينا دلك.
 - تروا بوم (3 pommcs)، لهذا الاسم وقع جيّد، أليس كذلك؟
 - رائع، سوى أن هذا الاسم موجود من قبل...
 - أوه...
- بعد أن استبعدنا الأسماء المأخوذة من قبل والأسماء غير الجميلة والأسماء الملوية كثيراً، توصّلنا إلى قائمة من أربعة احتمالات: يبيكو (BBécot)، فير بامبال (Vert) (Bambin)، لي في مود وبتي تروسو .(Les Fees mode et' tit trousso) كان كلّ من هذه الأسماء يحمل رسالة ويعتر عن شيءٍ من المشروع .
- يبيكو (BBécot)... يتضمّن الاسم كلمة بي بي ... (Bébé» كما نسمع أيضاً

يكو «coc» للدلالة على البينة، يكو «Bécot» كلمة مرادنة للقبلة الصغيرة والحدونة وهي عبارة عن تلميح إلى تلك اللحظات القصيرة والنفيسة التي تقاسمها أمَّ مع طفلها . فير باميان «Vert Bambin» يقصد بكلمة فير«Vert» ، أي أخضر، الجانب البيني/الانصافي وتشير من خلال كلمة باميان «Bambin» إلى الهدف الذي هو ألبسة الأطفال الصغة.

لي في مود (Les Fèes mode» كان ينفتح سريعاً على عالم السجر، المغري والجذّاب بالنسبة إلى جمهور الطفولة المبكّرة. كان حقيقة أننا نتحدّث عن الموضة أمراً مهمّاً أيضاً، طالما أنَّ الألبسة السبكرة يُراد لها أن تكون بادخة. كما أنَّ لها لفظ ليفي مود "cffet mode" أنه نفسه، وهو تلميخ إلى نظام التأجير الذي يُتبح اقتناء ألبسة على الموضة ومن ثمّة استدالها بسرعة كبرة.

بتى تروسو «p'tit trousso»... يشير الاسم إلى مفهوم «الصُّرّة» ودلالته الإضافية للتقلّ. فيما مضى، كانت الصُّرّة شيئاً بدائياً كان الناس يعدّونها على مرّ سنوات. وهكذا، فإنّ الاسم سيمنح أهمية إلى المفهوم من خلال اقتراحه على الآياء والأنّهات أن يقدّموا لأطفالهم الصغار أليسة ذات شأن وقطع فريدة من نوعها .

سارت المداولات والمراوعات على قدم وساقي لساعتين إضافيتين. ثم تمّ أتُخاذ القرار: سيكون الاسم لي في مود «Les Fèes mode» فسيطرت نشوة على السجموعة التي ابتهجت بارتخاء أعصابها بعد جلسة ابتكار طويلة ومرهقة.

- شامبانيا!

كنتُ قد وضعتُ زجاجة منها في الثارَّجة تحسَّباً لطلك اللحظة. بينما كنا ندقَ قدحاً بقدح بفرح معاً، لم أستطح أن أسع نفسي من التحديق في الاسم المكتوب بأخرف كبيرة على اللوح الورقي وقد تأجّج خيالي لكي أعلق له هويّة بصرية...

ومن ثمّ... ومن ثمّ، حلّ اليوم العظيم. أخيرًا، حان موعد الافتتاح!

كان الحانوت ممتلتاً عن آخره. وقف جميع المدعوين من حولي، وفي أيديهم كؤوس الشمبانيا. بهذه المناسبة، كانت طاولة التفصيل الصغيرة خاصتي قد ارتدت ثيابها الخاصة بالعيد: هنا، كانت توجد بوفيه مغطاة بغطاء أبيض، يقف عليها كبيرُ خدم يرتدي قفاؤات لا تقل بياضاً بهيئة رسمية صارمة، وهناك تقف مضيفة استقبال عائة...

كانت أمّي تزنو إلى بنظرة إعجاب. وبحانبها، كان والدي الذي تحمّل عناه السفر خصّيصاً لحضور المناسبة لا يستطيع أن يخفي تأزّه وكان يفمزي خفية ويوفع إبهامه لكي يهتئني. أسعدتني رؤية والديّ يقفان إلى جانب بعضهما وقد ساد السلام بيهما وأخذا يتحادثان مع بعضهما كصديقين قديمين. وكان سياستيان وأدويان، في المستوى الأول، يقلّدان حركات التصفيق المعبّرة عن الانتصار ويُضحكانني. كان ابني قد أخبَرً جميع زملائه بأنّ والدته سوف تفتح حانوتاً لأليسة الأطفال بآخر صيحات الموضة وبأنّها سوف تصبح مشهورة! كانت هذه الرؤية الخيالية عتّي، والتي يمكن لها أن تولد فقط من تخيّل طفولي، تؤثّر فيّ. لكن أكثر ما كان يؤثّر فيّ وبثير الانفعال في داخلي، هو قراءة الافتخار في نظرته...

كانت خيبتي الوحيدة: لم يكن كلود قد حضر بعد. كان سيتخلُّف عن خطابي

الذي كنتُ قد خططتُ بالطبع بأن أحيّه فيه أحسن ترحيب وأن أشكره على كلَّ ما قدّمه لي. ماذا كان يشغله يا تُرئ لم يكن من النوع الذي يصل متأخّراً، وكنتُ قلقة جداً. باشرتُ الكلام، وقلمي مقبوع بعض الشيء، وبدأتُ بشكر كلَّ أولئكُ الذي قدّموا مساهمة حيوية، بأيِّ صفة كانت، في تحقيق حلمي وجعله واقعاً.

فجأة، سُمع هرَّج ومرجَّ على باب المدخل وسادت ضجّة كبيرة بين الجموع. اندفعت عصبة من الناس إلى داخل الحانوت وأحدثت بعض البلبلة. لم أكن أفهم ما يحدث، مرتبكة جداً بتسارع دقات قلبي. تصاعدت أصوات طقطقة وخشخشة فلاشات آلات التصوير وتعالت صيحات... على غزار البحر الأحمر في الكتاب المقدِّس، انفتح فيضان الزوّار شيئاً فشيئاً حتى انفتح ممرَّ وصل إلى لاري ظهوراً مذهلاً: جان-بول غوتيه شخصياً! وخلفه مباشرة، كان كلود، ساخراً ويضع فرحاً محرّضاً، يبتسم لي ابتسامة عريضة، سعيداً برؤية مفاجأته وقد أحدثت كل هذا التأثير.

لم أكن أصدّق ذلك!

لمرّات عديدة، كان هذا المشروع قد منحني لحظات فرح ورضا كبير. حينما القصل بي صاحب المطبعة هاتفياً، لكي يبلغني، قبل كلّ شيء، بأنّ اللوحات الإعلاية ويطاقات الزيارة خاصّتي قد أصبحت جاهزة. ثمّ حينما حضرتُ اللمسات النهائية لواجهة حاوتي. كلّ هذا الانفعال والتأثر والابهاج، حينما وضع الفنائون الضرة الأخيرة للفرشاة على الكلمات الثلاث التي تشكّل المفتاح السحري لحياتي الجديدة: لي في مود! ذرف بعض الدموع خلسة في تلك اللحظة. لقد قطمتُ طريقاً طويلة في غضون بضمة أشهر نقط! هل سيكون النجاح على موعد معي؟ كنتُ أراهن على سهرة الافتتاح هذه لكي تمنحني جواباً أوّلياً، ولكن هنا، هنا، لقد تجاوز ما حدث كلّ ما كنتُ أتخيّله.

مددتُ إلى مُثلي الأعلى يدأ مرتصة والتي صافحها بحرارة. سمعُه، كما لو عبر ضبابة ساحرة، يشرح لجموع المدعوين بأنه عرّاب حانوتي الذي أغرّته فكرته كثيراً. حينما أرسل كلود إليه عرض المشروع، لم يتردّد لوقتٍ طويل لكي يقدّم صورته الإعلامية، بغية إعطاء رؤية أكبر لمشروعي لي في مود.

تابع حديثه:

- لدى كاميل موهبة كبيرة كمصشمة أوياء. إنّ نماذجها الخاصّة بالطفولة المبكّرة تمتلك ابتكاراً حقيقياً. وتوفير إمكانية الوصول إلى ألبسة فريدة وراقية بأسعار زهيدة، بفضل نظام التأجير، فكرة ذكية على نحو لا يُصدّق. حقّاً، مرحى لكِ، يا كاميل!

لم أكن أصدَّق لا عينيّ ولا أذنيّ. جان-بول غوتييه وهو يصفَّق لي في أكثر من مرة! شعرت بأن الدموع تجول في عينيّ، بينما كان يختم حديثه، قائلاً:

شعرت بان الدموع تجول في عيني، بينما دان يحتم حديثه، 1840: - سوف أكون سعيداً بأن أقدّم لها مساندتي، بل ونصائحي أيضاً، إذا ما رغبت في ذلك!

كنتُ في قمة السعادة!

النقط الصحافيون بعد ذلك صوراً لنا نحن الاتين معاً. ثمّ طرحوا عليّ الأسئلة لكي يتمكّنوا من كتابة مقالاتهم. بفضل خطوة كلود الرائعة، سوف يتم تغطية فكري إعلاميا بطريقة جميلة! كان ذلك أكثر من مجرد دفعة إلى الأمام: كان ذلك منصة انظلاق حقيقة إلى عالم النجاح...

نحو نهاية السهرة، اقترب كلود متّي. لم أتردّد للحظة واحتضنته بين ذراعي. كنتُ مدينة له بالكثير الكثير!

- كلود، لا أدري كيف أشكرك على كلّ ما فعلته من أجلي...

أنا سعيد بنجاحك، يا كاميل، وفخورٌ جداً بك! أعتقد بأنك استحققت ذلك
 بجدارة...

ناولني حينها العلبة الصغيرة الشهيرة والمحاطة، هذه مرّة، بشريطٍ ذهبيّ جميل. وحَمّنتُ في الحال ما تحتويه العلبة: قلادة زهرة اللوتس السوداء. التعويذة الأخيرة.

مبلّلة العينين، عانقته بحوارة وأضفت قلادة شارمس إلى سلسلة القلائد التي كنتُ قد كسيتها سابقاً.

قال:

- يجب أن أنصرف، الآن. مرة أخرى، أكثر تهانتي لكِ. قبل أن يغادر، دس في كفّ يدي مغلّفاً صغيراً أبيش اللون. فتحته بعد أن غادر. كانت الرسالة تقدل:

عزیزتی کامیل.

اسعی فی آن آصد لك آخر موصد لدی بعض الأسرار التی پیب آن آکشفها لك. تم سائری مهیشی معك وسوف بسکنك مواصلة طریقك. واثت وافقه بائك علی الطریق الصعیع! السوعد إناً سیكون بعد غد فی الساعة الثانیة من بعد الظیر، فی آعلی قوس التصر، مردًّ آخری مرحی لك ولیلة جبیلة، البخلص لك، كلود،

أيّ مفاجأة يحتفظ بها لي أيضاً؟

إذاً كان لدي موعد في أعلى قوس النصر... كنتُ أعرف كاود جيداً في هذا السجال وذوقه في الاستعارات السجازية: من أجل هذا اللغاء المخصص لتسجيل نهاية مهتمه معهى، أيّ مكانٍ أفضل من هذا في الحقيقة؟ لأنه إذا تحدّثنا عن انتصار، فإنّ «تعليمه» كان أحد الانتصارات! ولكنني أشكّ في ذلك، نظراً لتواضعه الذي أظهّره ويرهن عليه وكذلك نظراً لحرصه على أن يضع في المقدّمة إنجازاتي وبجاحاتي لا نجاته هو «كمرشد»، وكذلك نظراً لرغبته في الاحتفاء بانتصاري المخاص، الانتصار المغاص، الأمور الصغيرة في الاحقاء بانتصاري المخاص، الأمور الصغيرة في الحياة اليومية، كما في الكثير من الأمور الصغيرة في الحياة اليومية، كما في الكثير من الأمور الصغيرة في الحياة اليومية، كما في الكثير من الأمور الكبيرة والتي يمثل مشروح لي في مود شعارها...

اقتربتُ من النقلم التاريخي، معجبةً برموز النصر الصارخة على جنباته. نعم، حقّاً يا له من مكان مثالي للاحتفاء بإنجاز مشروعي الشخصي وتقديم الشكر والعرفان لكلود على دعمه ورعايته الرائعين لي في مشواري. كان ذقني شامخاً ونظرتي فخورة، بينما كنتُ أمرّ بجانب الجندي المجهول وشعرتُ بأنني مسكونة بشعلة كشعلته تماماً.

حينما وصلتُ إلى أعلى المبنى، نظرتُ إلى الحياة في الأسفل، كلّ تلك النقاط الصغيرة التي كانت تتحرّك في كلّ اتّجاه، تلك السيارات التي بانت تبدو بحجم سيارات مدينة الأنعاب، أولتك البشر الضخام الذين بدو مثل بكسلات "ملوّة... كانت الرياح تتلاعب بشعري وكنتُ أتفضّ ملء رئتي نسمات الحرية والطموح اللذين بديا أنّهما يطوفان من حول هذا المكان العابق بالتاريخ وبالانتصارات.

كان كلود يقف منتظراً هناك، واستقبلني بالأحضان.

- كلود، يا لها من متعة وسعادة أن ألتقي بك!

- وأنا أيضاً، يا كاميل. إذاً، هل تستعيدين مشاعركِ في ذاك المساء المتميّر؟

طبعاً، بكل تأكيد. كانت ليلة مذهلة ورائعة! شكراً مرة أخرى على كلّ ما فعلته.
 ومجىء جان بول غوتيه، هذا جنون! ما زلتُ أتساءل فى نفسى كيف نجحت فى

ومبعي، بين بون طوييه، من جمول. عارف مسمون عي تنسي سيت دبست عي - آه، آه! إنه سرّ صغير من أسرار السهنة... لكن، كما تعرفين، لو لم تُعجبه الفكرة،

- مَا كَنتُ لأَنجِع في ذلك قطُّ من دونك!

 كلّ إنسان يحتاجُ إلى دليلٍ في لحظة أو أخرى، وأنا سعيدٌ لكوني استطعتُ أن أساعدك...

التومنا الصمت لبرهة، متأثرين، ونظرتنا تطوف على المشهد الاستثنائي الذي كانت توقّره لنا الشرقة التي كنا نجلس فيها.

- أتعلمين، يا كاميل، يطيب لي أن أفكّر بأننا جسيعاً مواطنو هذا العالم، ولكنّ القليل من الناس يدركون هذه الحقيقة. يستطيع كلّ امرئ أن يصبح «سفيراً للسلام»

 ⁽¹⁾ بكسن: هو أصغر عنصر منفرد في مصفوفة صور نقطية أو في عتاد توليد الصور: وهو مصطفح يُستخدم لما يتعنق بالشاشات وتقنياتها المختفة. -المترجم-

فقط من خلال التصرّف على هذا المستوى وبموجب هذه الحقيقة، وذلك من خلال العمل بصفائه الداخلي وبسعادته. تخيّلي الأثر الذي يمكن أن نتلمّسه لو أنّ عدداً مترايداً من الناس اختاروا الحلقة الفاضلة بدلاً عن الحلقة المفرّغة.

- هذا صحيح. ولهذا السبب أنا سعيدة جدًا بعودتي إلى الحلقة الصحيحة. لقد
 علمتني الكثير! حتى وإن انتهت مهمّتك معي، أتمنّى فعلاً أن نتمكن من الاستمرار
 في اللقاء بعضنا.

- کلود؟

اكفهر وجهه في الحال.

- ربما في اللحظة التي سأبوح لكِ بأسراري، سوف لن تعودي ترغبين في لقائي...

- عن ماذا تحدّثني؟ أيّ أسرار؟

- عليّ أن أخبرك بسرّ قد يزعجكِ .

- أنت تخيفني...

- إذاً ها هو السرّ...

كنتُ معلَقة إلى شفتيه. - أنا لستُ روتينولوجيّاً على الإطلاق .

...-

نظرتُ اليه من دون أن أفهم شيئاً.

- في حقيقة الأمر، أنا مهدندُم معماري. من جهة أخرى، المنول الذي شاهدتِه، أنا من صمّته؛ كان حلمي... أن أصبح مهدنداً معمارياً كبيراً. لو ألك تعرّفتِ عليّ منذ خسسة عشر عاماً، كنتُ شخصاً بالنسأ وسائماً ومكتباً تماماً وبدنياً ومن دون مستقبل... كنتُ أقيم في تلك الفترة في الولايات المتّحدة الأميركية. كنتُ أعمل نادلاً في معلمم لتقديم وجبات البيرا، في السنوات المشرقة من مثلي العليا. وهناك، ازداد وزيي بمقدار خسسة عشر كيلوغراماً... كان ذلك بمنابة هروبٍ إلى الأمام عبر العلعام لكي أنسى جرحاً كان لا يزال نازفاً... وكلّ ذلك بسبب قصّة حبّ انتهت نهاية سيئة...

كان كلود يقطّع جمله وكنتُ أقرأ على وجهه كم كانت تلك الفترة مؤلمة بالنسبة إليه. كانت ملامح وجهه تتلوى وهو يتذكّر تلك الذكرى الأليمة، وتابع حديث، فاللاً :

- عادرت فرنسا في أعقاب انفصال مؤلم وقاس عن تلك الفتاة التي كنث أعقد - عادرت فرنسا في أعقاب انفصال مؤلم وقاس عن تلك الفتاة التي كنث أعقد المأبقها ستكون امرأة حياتي. لقد رحلت مع أثوب أصدقائي... خيانة أسقطتني تماماً على الأرس. كنا سنعهي السنة الثالثة في كلية الهندسة المعمارية وكنا تخطط لأن تنورج بعد تخرّجنا من الجامعة. لم أستطع مواصلة السير في اثرها. شعرت بالحاجة إلى أن أنصرف يعيداً، وأن أدع كل شيء يسقط، بما في ذلك خلمي المهني، لكي أنساها. إنّ محيطاً يفصل بيني وبينها لم يد كبيراً جداً! لا بل ما أن أصبحتُ في الولايات المتحدة الاميركية، حتى الزداد اكتنابي سوءاً. أهملتُ نفسي تماما حتى أصبحتُ بديباً.

صرختُ في حركة مفاجئة:

- إذاً، الرجل الذي في الصورة، هو أنت!

هذه المرّة، هو مَنْ لم يفهم.

اضطررتُ لأن أشرح له الفظاظة وعدم الأمانة التي ارتكبتُها في الاطّلاع على الصورة في درج مكتبه.

- نعم، أنا مَنْ في الصورة. والرجل الآخر في الصورة هو جاك ميلر. إلّه هو مَن اهتمّ بي وأعادني إلى المسار الصحيح لكي يساعدني على أن أصبح ما أنا عليه اليوم. من دون مساعدته ودوره، ما كنتُ لأعود إلى الهندسة المعمارية، لألّه آنذاك، لم أكن أثق بنفسي أبذأ. إنّه مرشدي، إنّه الروتيولوجي... خاصّتي!

- كيف ذلك، الروتينولوجي خاصّتك؟

كانت الرياح تتلاعب بخصلات شعره الكستنائي وكانت عيناه تودادان بريقاً. تنهّد بحسرة وعمق، ثمّ قرّر أن يبوح لي بكلّ شيء .

- كاميل، لقد حان الوقت لكي أشرح لكِ كل شيء...

الروتينولوجيا، بحدّ ذاتها، ابتكار. يتعلّق الأمر بسلسلة من التساند والتعاضد وبمرحلة

من النجاح: مَنْ تلقَى المساعدة يصبح روتينولوجيًا وعليه بدوره أن ينقل ما تعلَّمه، وذلك من خلال تقديم المساعدة إلى شخص آخر من اختياره هو.

- ولكن... ولكن... هذا غير ممكن... هذا... هذا لا يُصدَّق!

- هذه هي الحقيقة .

أفكاري، فقد استأنف حديثه، قائلاً:

- وماذا عن عيادتك؟ وماذا عن مساعِدَتك؟ وتلك السيّدة الشابّة التي قالت لمي بأنّك قد عالجتها؟

- عملته إخراج وتمثيل محبكة جيّداً. في الحقيقة، تلك العيادة هي مكتبي كمهندس معماري وماريان هي مساعدتي الاعتيادية. كان عليّ أن أطّلمها على السرّ وأن أقعها بأن تلعب دورها في اللعبة. أمّا تلك الفتاة التي وافقت على أن تشهد بأنها كانت زورنة قديمة، فهي حفيدة أخي... أما بالنسبة إلى البقية، فكان يكفيني، في كلّ زيارة من زيارتاك، أن أخفي كلّ ما من شأنه أن يكشف عن مهنتي الحقيقية وأن أضع بوضوح في متناول يدك بعض الملفات الزائفة الخاصّة بالروتيولوجي...

إذا لهذا السبب، كان هناك مخطّط بناء وأرقام المساحات والملفات المكدّسة؟
 أجاب بالإيجاب بإيماءة من رأسه في صمت، مترقبًا ردّ فعلى .

- وهل هذا يعني أنَّك لا تمتلك حقّاً لا المؤهلات ولا الشرعية في أن تلعب دور المدرّب معي؟

سعل سعالاً خفيفاً. كانت هذه هي المرَّة الأولى التي أراه فيها وهو يرتبك.

- نعم ولا، يا كاميل. لأنّ كلّ «روتيولوجي» جديد يكون قد تلقى، مثلي، تعليماً، والذي ينقله بدوره فيما بعد بدقة وعناية. بالسبة إليك، تم الأمر بمجاح، أليس كذلك؟ شعرتُ بأنه كان ينتظر متى شكلاً من أشكال الففران. لم أكن بعد مهيئة تعاماً لكي أسحه ذلك الففران. سيكون على أؤلاً أن أهضم كلّ هذه الحكاية. لا بدّ أنه قد قرأ

. - لا تظنّي بأنني لا أعرف ما تشعرين به الآن، يا كاميل. بالنسبة إلى أيضاً، كان ذلك بمثابة صدمة، حينما علمتُ بأنّ جاك ميلر لم يكن روتيولوجيًا... بالتأكيد، المنهج ليس تقليدياً، ولا حتّى راشداً جدّاً، ولكنه يستحقّ العناء، ألا تعتقدين ذلك؟ نظرنا إلى بعضنا بحدّة. كانت لحظة معلّقة وقوية ومحرّضة...

استسلمت

- نعم، هذا يستحقّ العناء.

تنهّد من جديد. ابتسم ونبش في حقيبة يده لكي يُخرج منها شيئاً ما.

- إذاً، أنتِ جاهزة لكي تتلقّي هذا...

ناولني دفتراً سميكاً. في داخله، وجدث كلّ مراحل برنامجي والاختيارات والتعاليم والإرشادات التفصيلية. تصفّحتُ بانفعال تلك الصفحات السلينة بالملاحظات والرسومات البيانية والصور... يا له من مصنّفٍ مدهش ومؤثرًا:

- لقد حافظتُ عليه لكِ طيلة فترة مسيرتكِ. هذا دعمٌ سيكون نفيساً بالنسبة لكِ لكي تعالجي، فيما بعد، مَن تختاريه رجلاً كان أو امرأة. من خلال نظرة أو كلمة، سوف تعرفين بأنّ هذا هو الشخص السناسب...

- وهل جرى الأمر هكذا بالنسبة إليّ؟

- نعم. لقد مَرت أربع سنوات وأنا بانتظار أن أجد الشخص الذي أرغب في رعايته ودعمه!

بقيتُ فاغرة الفاه، وشعرتُ بالإطراء أيضاً.

ثمّ ناولني بطاقات زيارة لروتينولوجية مطبوعة باسعي -كسا لو أنّه لم يشاكّ للحظة بأنني سوف أوافق على الأمر-، وكذلك مغلّمات ملفات زائفة وصور وشهادات شكر والتي سوف أعلّمها في عيادتي الاستشارية السستقبلية ... العدّة الكاملة لروتينولوجية مستارة!

- أرجوكِ، خذيها. لقد حان دوركِ في أن تنقلي كلّ ما تعلّمتِه. سوف تفعلين ذلك، أليس كذلك؟ سوف لن تدعي سلسلة الروتينولوجي تنقطع، أليس كذلك؟

كان صوته يتّخذ نبرة التوسّل .

كنتُ مصدومة. أطال النظر في عيتي بإصرار. عاد كلّ ما عشناه إلى ذاكرتي. كان الانفعال والتأثّر يضغطان على حلقي. مددتُ يدي وأخذتُ المواد... كنتُ أدين له بهذا، أليس كذلك؟

تساقطت حبّات المطر، التي كانت تزداد ضخامة، وتحطّمت على الرجاج الأمامي لسيارتي. كانت الماسحات تُصدر صريراً وهي تمسح الرجاج، أمّا أما فقد كان كلّ شيء هادناً في داخلي. على الرغم من السطر واكفهار السماء والاختناقات المرورية والبقعة الحمراء التي كانت تشرها السعايح الأمامية للسيارة وسط عتمة الليل. للمرة الأولى في حياتي، كنتُ أشعر بأنني في سلام وهدوء تأمّين أو «مهيّأة» مثلما كان كلرد سيقول. فقد وكي ذلك الومان الذي كانت الحياة تتلاعب بي مثل غصبين هشرً تعصف

يوماً بعد آخر، لم أكفآ عن الاندهاش بالطاقات الهائلة في داعلي وكنثُ أشعر بأنسي موصولة بقوّة لا أشكّك حتى هذه اللحظة بوجودها. كنثُ أشعر بأنسي مهيّأة لأن أواجه كل الظرف والأوضاع. لقد أدركثُ أخيرًا كيف أُمسِكُ يومام حياتي ولا أدعها لأيّ سبب من الأسباب أن تقلت من بين يديّ.

من حولي، وأنا متوقفة على الإشارة الضوئية وسط السيارات، رأيث أناساً مرتكين حائرين في قمرات سياراتهم ووجوهاً قاتمة ومنزعجة ومتعبة. تملكتنبي الرغية في أن أنول زجاج سيارتي وأصرخ بصوت عالٍ لأشرح لهم وصفة كلود للتصالح من جديد مع السعادة. وبدل ذلك، اكتفيتُ بالابتسام بسعادة، بانتظار أن تضيء إشارة المرور الخضراء. الضوء الأخضر! أقلعتُ بسيارتي بسرعة، مستعجلة على فتح الطريق، ولكنّ سيارة، متجاوزة للإشارة الحمراء. صدمتني بعنف من جهة اليمين...

سرعان ما تعالت أصوات صفّارات الإنذار في سيارات الشرطة والإسعاف.

بينما كانوا يسحبونني من سيارتي، قلتُ في نفسي: أوه، يا له من مسعف جميل . بعد مشي بضع دقائق، وأنا جالسة في شاحنة النجدة، أستفقتُ من صدمتي. فوثبَّت امرأة وافقة فوق رأسي: السائقة السيّنة للسيارة التي صدمتي. أجهشت بالبكاء فوقي وانهالت بتقديم الاعتذار منهمرة الدموع ولفنت نفسها ولامت نفسها ووبّخت نفسها واذلّت نفسها ...

كنتُ أصغي إليها من دون أن أقاطمها. رئما تمنيّتُ لها ما لم أستطع النجاح فيه: حينما يجب أن يُخرج المرء ما في داخله، يجب أن يُخرجه. لم يكن قد أصابنا، نحن الانتين، أي شيء عدا بعض الكدمات والخدوش. كان قد أصابنا الخوف أكثر منه الأدى. على الرغم من كلّ شيء، لم تُقرّ بأنّها هي من تسبّيت بالحادث.

بعد الانتهاء من إجراءات التحقيق ومختلف الإجراءات الإدارية الخاصّة بجهاز الشرطة، ركناً سيارتينا على قارعة الشارع لكي نفتح الطريق. السيارتان سوف تُرفعان من قبل شركة التأمين الحاصّة بكلّ مئاً.

ولكي نتخلص من البرد ومن آثار الصدمة، اقترحتُ على من صدمتني والتي كانت لا تزال تشعر بالحرج، أن نذهب ونشرب كوباً من الشركولاتة الساخنة، بانتظار أن تصل وافعات سحب السيارات. بدت أنّها ممتنة وفي الوقت ذاته غير مصدَّقة أن أبدي هذا الاعتمام اللطيف بها.

صبّت عليّ فيضاً من كلمات الشكر والامتنان مثلما صبّت عليّ قبل قليل كلمات الاعتذار. لم أنوعج من هذا الفيض الشفاهي: بدت المسكينة خالرة القوى تماماً.

طلبنا كوبين من الشوكولاتة الساخنة -كان كوبي على طريقة فيينا، حيث توضع فوق الشوكولاتة كمية من القشدة!

كنتُ أرى أن شفتها السفلي ترتجف وشعرتُ بأنها على حافة موجة من الثقة المكبوتة

منذ زمن طويل.

وضعتُ يدي على ذراعها في إشارة إلى تشجيعها. قلتُ لها:

لا تقلقي! الأمر ليس خطيراً جداً! ثمّ إنّ موظفي التأمين في الشركة المؤمّة على
سيارتي بدأوا يعرفوني. لقد تعاملتُ معهم منذ بضعة أشهر. مع ما ندفع لهم من أموال،
 جرعٌ بهم أن يفعالها شيئاً أنا!

بدأت دموعٌ تلمع في زاوية عييها الرقاوين القلقتين، الغائرتين في وجه واسع ومدوّر. - شك... شكراً: أنتِ... أنتِ لطيفة جدّاً! لو كنتُ في مكانك، أعتقدُ أنفي كنتُ سأستشيط غضباً!

- ما كان لهذا أن يفيد كثيراً.

- أنا آسفة... جدًا... جدًا! لا أدري ما الذي يحصل لي، في هذه الفترة الأخيرة، لا شيء يسير ممي على ما يُرام! أنا على قيد الحياة ولدي رغبة في التخلّي عن كلّ شيء... وعد ذلك، هذا اليوم الرهيب، حقًا، هذا كثير!

انهارت أمامي وانفجرت تجهش بالبكاء. الأمر الذي ذكّرني بالكثير من الأمور... تسارعت نبضات قلبي. ربّما حان الوقت؟ فكّرتُ في نفسي بنوع من الانفعال: (هذه هي - She is the one).

تُرى هل سأكون على مستوى المهمّدة؟ بطريقة لا إرادية، عدّلتُ جلستي في أريكة المقهى وتفستُ بعمق قبل أن أدسّ يدي في جيب معطفي وأداعب قطعة الورق المقوى الصفيرة التي كانت في داخله.

ير ي - ي سألتها؟

- ما اسمك؟

....

- إيزابيل.

ناولها بطاقتي الصغيرة.

تفضّلي يا إيرابيل. تفضّلي. ربما يحدث أن أكون مفيدة لك...
 أمسكت ببطاقة الزيارة خاصتي بهيئة شكّاكة لامرأة لا ترى كيف يمكن لأحد أن

يهب لمساعدتها. - أنا روتينولوجيّة.

- روتينو... ماذا؟

قاموس صغير حول علم الروتين

الإرساء الإيجابي

هو عبارة عن تقنية سوف تتيح لكم بأن تأخذوا موقعكم في «حالة مصدرية» مناسبة، أي في ظروف جسدية وعاطفية ملائمة وإيجابية. كيف ذلك؟ من خلال تجديد نشاط المشاعر والأحاسيس نفسها التي عشتموها في لحظة سعيدة.

ولتحقيق ذلك ، اخلقوا لأنفسكم مرساتكم: في مكان هادئ، تصوّروا جيّداً اللحظة الساطفية والشعورية الذي السعدة الذي توكّون أن تتذكّروها واشعروا مجدّداً بدقة الحالة العاطفية والشعورية الذي تتوكّون أن تصكّفوا من استعادتها واربطوا بها حافواً: كلمة أو صورة أو حركة. من خلال مواصلة النمرين على ذلك، سوف تجدّدون نشاط المرساة من خلال إعادة إنتاج الحركة أو الكلمة أو من خلال استذكار اللصورة المرتبطة بتلك الذكرى الجميلة، بغية استرجاع الحالفية المرغوبة.

آلة التصوير الخيالية

لتشفيل «آلة التصوير الخيالية» خاصّتكم، وتعديل مصفاة تصوّر وقعكم، يبغي عليكم أن ترصدوا كلّ ما هو جميل، أن تركّروا انتباهكم على الأشياء الجميلة والمستحبّة والممتعة، في الشارع وفي وسائط النقل وفي أيّ مكان تحلّون فيه. تشكّلون بهذه الطويقة ألبوماً للصور الداخلية الإيجابية: وهذا الألبوم مفيد للغاية لكي تقوموا بإعادة برمجة دماغكم على نحوٍ إيجابي!

فن النمذجة

يتعلق الأمر بأن تجدوا لأنفسكم نماذجاً من بين الشخصيات الوقعية أو الشخصيات الحيالية التي تُعجّبون بصفة من صفاتها أو بمظهم من مظاهر حياتها. وكما قعلت كاميل،
يمكنكم أن ترسموا لهم صورة صينية في ذهنكم («أودٌ لو أمثلك حكمة غاندي وأناقة
أودري هيبون... إلج»)، وتركيب لوحة من صورهم ووضعها على نحو واضح للعيان في
مكاني يمكنكم أن تروها عالياً، أو حتى تخيّلوا بأنكم الشخص الفلاني وتتصرّفوا في
الشيخة بطريقة بحيث يمكنكم أن تكسبوا الفقة بأنفسكم. خلوا أفضل ما في مرشديكم
«المواقف، المسارسات الخيّرة، الفلسفة- وكوّرًوا بهذه الطريقة نموذجكم الخاص للنجاح!

دفتر الالتزامات

هذا الدفتر يبيخ لكم أن تدوّنوا فيه الأهداف التي حدَّدتسوها لأنفسكم والالترامات التي تعقِّدتم بها أمام أنفسكم لكي تنكيّوا تساماً على تنفيذ قراراتكم. ومن ثمّ، أشيروا إلى كلّ هدف من أهدافكم إن كان قد تحقّق أم لا. تذكّروا جيّدًا بأنّ الأمر الأكثر أهمية ليس «معوقة ما ينغى القيام به»، وإنّما القيام به قعلاً.

مفكّرة ما هو إيجابي

يتعلق الأمر هنا بفهرس تُدتون فيه، وذلك بحسب الرتيب الأبجدي، نجاحاتكم الصغيرة والكبيرة وكذلك أفراحكم الصغيرة والكبيرة. تسألون ما هو المنهج في ترتيب ذلك؟ لكلّ حرف، فكّروا بكلمات مفتاحية تستحشر لحظات من القوة والإيجابية. مثلاً: (حاء) مثل حبّ (صفوا أجمل لحظاتكم الغرابيّ)، أورالف) مثل أروير (اللحظات السعيدة مع طفلكم)، أو مثل أنتيب (إذا كان المكان يستحضر عطلة لا تُسمى في مكانٍ جميل مثل مدينة أنتيب)، أو رفاء) مثل فنون تعالية (إذا كانت ذكرى ميدائية تملأ قلوبكم بالفرح)... إلخ. صفوا الذكرى بدقة وتفصيل - البينة المحيطة والناس- وكذلك اذكروا بالتفصيل مشاعركم وأحاسيسكم الجسدية والعاطفية.

ألبوم داخلي للصور الإيجابية

وهذا يسير بالتوازي مع آلة التصوير الخيالية! تقومون بإعداد ألبوم صور ذهني للُحظات الممتعة والهادنة وتستحضروفها بانتظام لكي تستعيداو الملك «الأجواء السعيدة».

كلّ هذا يساهم في تعزيز ذهنية قوية ورؤية إيجابية إلى العالم.

تغيير الحوار الداخلي

للوصول إلى ذلك، هناك تقنية برهنت على نجاحها وجدواها: ردّدوا كلّ صباح أمام المرآة تأكيدات إيجابية عن أنفسكم. حتى وإن كتم غير مقتمين بعد بذلك تماماً، فإنْ دماغكم يُصغي إليها ويُسجَلها! سوف تنالون بذلك سعادة وتجدّدون صورة قيّمة عن انفسكم.

الرمز الأحمر

يتعلق الأمر هنا بعلامة صغيرة يمكنكم أن تتققرا عليها مع شريككم (أو مع طفل) لكي تحدّروهم بأنّ هناك محطر الشجار. إنّه نوعٌ من التحذير، كما هو في جهاز الإلغار في السيارة. تعمل الحركة مثل ضوءٍ يومض ويحدّر الآخر. وبهذه الطريقة يمكن تجنّب تصعيد النوعة العدوانية.

قطع ربائط (الماضي)

رباتط الماضي هي أحداث أصابتكم وأتم لا تدركون بأنها تؤثّر على حاضركم. بعض طروف حياتكم الراهنة تجدّد تلك الجراح وتُطلق رغما عنكم عبناً عاطفياً غير متناسب مع الحادث المحقّر. لكي تعشوا حياتكم اليومية على نحو أفضل، من الشروري تحديد هذه «الرائطك» ومن ثمّ «قطمها»، وذلك من خلال الإدراك، أوّلاً وقبل كل شيء، ومن ثمّ القطاع على حالات غضب مكبرتة ثمّ القيام بعض الأمال، على حبيل المثال من خلال العمل على حالات غضب مكبرتة فيما مضى أو أحوان لم تعه (تحرير الكلام والأحاسيس سواة من خلال الكتابة، وسواة

عند معالجٍ).

ابتكار غرامي

امتلكوا الجرأة على الابتكار! قوموا بعمليات عصف ذهني غرامية: دتوتوا كل أفكاركم وفقا لقاعدة . EQFD الحرف (€) المشطوب، ويعني أنّ لا رقابة (Censure) ولا نقد (Critique)والحرف (Q) للدلالة على الكمية(Quantité)، أي بتُ أقصى ما يسكن من الأفكار. والحرف (F) للدلالة على الغرابة (Farfela)، أهلاً وسهلا المغرابة!

اكتبوا حتى الأفكار الأكثر غرابة والتي لا يمكن لها أن تحدث. والحرف (D) للدلالة على توالد الأفكار . (Démultiplication) حيث تجعلكم فكرة أن تفكّروا بفكرة أخرى، وهذا ما يُسمى بالارتداد! سواة تعيّلتم النصوص الغرامية الخلاقة، أو بحشم عن الأماكن غير المألوفة المواعدكم لكي تفاجئوا عشيقاتكم أو عشاقكنّ، يبقى الابتكار حليفكم المفضّل في مواجهة الروتين .

نزع الطوابع

يمكنكم أن «تنزعوا طوابعكم» من خلال الجرأة على البوح بما في قلوبكم، من خلال التعبير عمّا تشعرون به من ضيقٍ واستياء أوّلاً بأوّل سواء كان هناك انزعاجٌ أو نزاعٌ كامرً أم لا. وبذلك سوف تتجنّبون ما يشبه تأثير طنجرة الضغط والانفجار.

التعاطف الرطب

تمارسون التعاطف الرطب حينما تتكفّلون بأعياء مشاكل الآخر، وتمتشون مشاعره وأحاسبه السلبية. وبهذه الطريقة، سوف يتهي بكم المطاف بأنّ تسوء أحوالك أنتم أنضأ.

التعاطف الحاف

تمارسون التعاطف الجاف حيسا تتبكن موقفاً قائماً على الإصفاء مع الاحتفاظ بمسافة، إصغاة يدج لكم أن تسمعوا وتتعاطفوا مع مشاكل المحيطين يكم من دون أن تدعوا أنفسكم تُصاب بعدوى الأمرجة السلبية. إنه درع حماية مفيد جدًا لكي لا تستسلموا لتشرّب تلك الأمرجة .

التصرّف «كما لو أنّ»

التقنية الذهنية «التصرّف كما لو أنّ» تشتمل على التصرّف كما لو أنّ الوضع الذي يضايقكم أو الأمر الذي ينبغي عليكم القيام به والذي نفرتم منه قليلاً كان الوضع أو النشاط الأكثر إثارة في العالم. عيشوا ذلك الوضع بنسبة 400%؛ لا تعيشوا بالتقتير وأنتم تأثملون بأنّ تغييرً إلها أسوف يهبط من السماء.

تقليد القطّ

سوف «تقلدون القط» من خلال متُجكُم لأنفسكم وقناً قصيراً يكون لكم لوحدكم. وقتُ قصير هادئ ووديع، تخلدون فيه إلى اللحظة الراهنة، حيث يمكنكم فيها أن تسطوًا وتتناءبوا وتتركوا أفكاركم تطفو وتسوح مثل تأثّل خفيف. إنّ تقليد القطّ هو بكل بساطة الاكتفاء ب«الوجود» من دون الخضوع لشفط «اللمل»...

القيام بسلسلة (و. ش. أ. ت)

عوضاً عن استخدام «مدفع اللوم والعتاب»، تكلّموا برزاة عن إحساسكم في حالة الوضع المتوتر أو الجارح، قدّموا طلباً واضحاً إلى محدّثكم. ولتحقيق هذا، تذكّروا الوقائع (و) التي أغاظتكم. ثم عتروا عن شعوركم (ش)، ما شعرتم به. ومن ثمّ، اقترحوا أرضية (أ) تفاهم (ت)، أي تقديم اقتراح تحسين، بمعنى حلّاً يرضي الطرفين.

لحظات امتنان

كلّ يوم، احفظوا في ذهنكم بشكرٍ وامتنانِ على كلّ ما قدّمه لكم نهاركم من أمور إيجابية، من أتفه الأمور إلى السعادة الكبرى (من نصة فنجانٍ من القهوة عند الاستيقاظ، إلى الفرحة غير المحدودة بتحقيق إنجاز شخصي).

قائمة خبراتكم الإيجابية ومزاياكم

أعدّرا قائمة الأحداث التي مرّت والتي تركت أكبر الأثر بالنسبة إليكم من حيثُ النجاح وقائمة مراياكم ومهاراتكم. سوف يتبح لكم هذا أن تركّروا على النقاط الإيجابية في حياتكم أو في شخصكم وبذلك تترشخ أقدامكم على مستوى احترام الذات.

منهج SMART

سوف يساعدكم هذا المنهج في تحديد الأهداف التي ترمون إلى بلوغها والحصول (S- Spècifique) على أفضل الفرص للوصول إليها. عليكم أن تتأكدوا من أنّ هدفكم (M-Mcsurable) أي أنه قابل أيّ أنه محدد (محدد ومحصور بطريقة واضحة)، وأنه (كلا بأن الهدف قد تحقق) للقياس (يجب أن يكون هناك مؤشر للنجاح يمكنه أن يزكد بأن الهدف قد تحقق) له أن يتحقق، مقسماً إلى سلسلة من الأهداف القابلة للبلوغ، يجب ألا يكون بسئاية له أن يتحقق، مقسماً إلى سلسلة من الأهداف القابلة للبلوغ، يجب ألا يكون بسئاية فريّ، يجب أن يكون هدفكم متناسقاً مع شخصيتكم وكلفاء تكي (للحفاظ على حافرٍ قريً)، يجب أن يكون هدفكم متناسقاً مع شخصيتكم وكلفاء تكي أن تحدوا مدة يتحقّر الهدف خلالها.

مهمة «البياض العظيم»

والمقصود هو التنظيف والترتيب الكبيرين للداخل وللخارج.

التنظيف الداخلي: سوف تحدّدون كلّ ما يبدو لكم سامّاً ومشؤوماً ومسبّة للتصلّب في علاقتكم مع الأخرين وفي تنظيم حياتكم واليبة المحيطة بكم. على غرار كاميل، يمكنكم أن تعدّل قائمة للاشياء والأمور غير السرّغوية فيها، قائمة «لم أعد أريد...».

أمّا التنظيف الخارجي: سوف تركّرون على محيط حياتكم لتحسينه بكلّ الوسائل الممكنة، وذلك من خلال التخلّص من الأشياء غير المفيدة أو التالفة عبر إجراء عملية فرز و ترتيب وتجديد للديكور...

مدفع الملامات

إنه «السلاح» الذي نستخدمه، حيدا نقوم باستهلال جملنا بالشمير الشخصي «أنت» المستخدّم للعتاب («أنت لا تفكّر أبدأ في... أنت تستغرق في حاسوبك دون أن تسألني إن...»). يجب منع هذا على الإطلاق وذلك لتجنّب تداعيات النزعة العدوانية، من الأفضل للمرء أن يتعلّم التعبير عن أحاسيسه باستخدام الضمير الشخصي «أنا».

تغذية المرء لجرذانه

أنتم «تغذّون جردًانكم»، إذا كنتم تحرّضون في أنفسكم ذاك الجرء الذي يحبّ كثيراً أن يشكّى ويثير الرئاء ويتقدّم شخصيات مسلسل الرسومات المتحركة كاليميرو. وبالتالي، ما هو مأمول ومرغوب هو أن تحاولوا أن تفهموا كيف يغذي هذا الدور السيئ بعض مخاوفكم وجراحكم السريّة. وبهذا سوف تصبحون أقلّ عرضة للإصابة بهذه الحالة، لأنكم أكثر ثقة بأنفسكم.

التفكير والمظهر الإيجابيين

لأقوالكم اهتزاز وتردّد. ولمظهركم الجسدي أيضاً. والجانبان يؤثّران بشكل كبير على حالتكم الذهنية واستطراداً على واقعكم. ولهذا السبب بالذات، من المفيد جدّاً أن يتبنّى المرء تفكيراً ومظهراً إيجابين. أن يقف المرء منتصب القامة بدل أن يقف مقرس الظهر، أن ييتسم بدل أن يستخدم رأسه في الإشارة، أن يرى ما هو إيجابي في كلّ شيء بدل أن يتشكّى ويُخمد همته... تمرّنوا على الصياعة الإيجابية: استخدموا في جملكم الصيغة الإيجابية لا السلبية، صيغة المبني للمعلوم لا المبني للمجهول. إنّ قول «سوف لن أصل أبداً في الوقت السناسب» لا يشبه أبداً قول «أنا أواجه الصعوبات من خلال تنظيم طاقاني وحشد إمكاناتي»... الأمر يتوقف عليك في أن تختاراً.

أغاني الطاقة

أعدّوا لأنفسكم قائمة من الأغاني والمعروفات الموسيقية التي تمنحكم أجنحة في ظهوركم.

التنفّس العميق

لمرتين أو ثلاث مرات في اليوم، خذوا وقتكم للتنفّس بعمق لعدة مرات. اجلسوا بهدوء وارخوا كلّ الشنجات في جسمكم وارخوا فكّيكم من خلال فتح الفم قليلاً. خذوا شهيقاً وأنتم تعدّون حتى أربعة، احبسوا الهواء وأنتم تعدّون حتى اثنين، ثمّ أطلقوا زفيراً وأنتم تعدّون حتى أربعة، ثمّ توقفوا وأنتم تعدّون حتى اثنين. تدريجياً، سوف تحسّنون قدراتكم التنفسيّة وسوف تنقلون إلى إيقاعات تفسية منتظمة ومتناسبة بين الشهيق-توقد/الوليم-توقف، كالآمي: 84-8، 21-6/21، 16/8-16.

وهذا يعني أنَّ: جودةً زفيركم أمرَّ جوهري لأنَّه كلما زفرتم على نحوٍ أفضل كلما ملائم رئيكم فيما بعد بهواء جديد! والحال أنَّ هذا الإمداد بالأكسجين سوف يزوّد كل جسمكم، ناهيكم عن دماغكم...

قدّروا هذا التنفّس الحيوي حقّ قدره وتخيّلوا بأنّه يسري مثل رسالة داخلية.

الحصّالة

هذه حصّالكم المضادة لاجترار الأفكار السلية؛ لتصنعوا لأنفسكم حصّالة، استخدموا جرّة أو علية ملتس. الفكرة: في كلّ مرة تتفاجؤون فيها بأنكم بعترون فكرة سلية أو عقيمة، ضعوا يورو واحداً في الحصّالة. واجعلوا هذه الممارسة مفتوحة وتشمل كلّ أفراد العائلة!

الابتسامة الداخلية

كان المعلّمون الطاويون يعلّمون فن الابتسامة الداخلية -أو فن استعادة الصفاء الداخلي، الضامن للصحّة والسعادة وطول العمر. إنها حالة وفاه وهدوء يتمّ الحصول عليها من خلال التسابين المستظمة في الاسترخاء والتنفس العميق. الابتسامة الداخلية هي أيضاً القدرة على تنمية قيم القبول والوفق والجود وحبّ الذات وحبّ الأخرين. أن يكون المرء مسكوناً بهذه الحالة الروحية والذهنية يجعله يحظى بحالة «السلام الداخلي» الشهية.

نظرية الخطوات الصغيرة

تقول لنا هذه النظرية بأنّه من الحكمة أن نرى فمي التغيير على أنّه تعاقب لمراحلّ قصيرة وتحوّلات صغيرة وليس جبلاً شاهقاً ينبغي اجتيازه دفعة واحدة. وهكذا يبدو التغيير أقل صعوبة ويصبح الوصول إلى تحقيق نتائجه أسهل!

المثلث المأساوي

المتلَّت المأساوي هو مبدأ يصف الأدوار الرمزية الثلاثة التي يمكننا أن نشغلها بالتعاقب، بوعي أقلّ أو أكثر، في سياريو علاقة سلية: دور الفسحية أو المضطهد أو المنقذ. في تصوّر وترسيمة كهذه، لا يمكن أن يكون هناك مخرجٌ مناسب، سوى الخروج من اللعبة.

رافاييل جيوردانو

كاتبة ورسّامة ومدرّبة في مجال الإبداع... الإبداع خيط أحمر في حياة رافايل. عملت رافاييل، المُجازة من مدرسة إستين العليا للفنون التطبيقية، على صقل شففها بالكلمات والمفاهيم خلال بضع سنوات في شركات الاتصالات في باريس، قبل أن تقوم بتأسيس بيتها الخاصة في مجال الشدريب الإبداعي (www.emotone.com). أمّا بالنسبة إلى علم النفس، الذي اهتمت به عندما كانت صغيرة، فقد تدرّب فيه ونالت شهادة في العديد من أدواته وجعلت منه اختصاصها الكبير الآخر. ولهذا، فإن تُمبها الأولى تعرض مقاربة إبداعية مطلقة للتنبية البشرية وتطوير الذات، على مستوى العمق بقدر ما على مستوى الشكل. أصوار الدكتور كولزين (مجموعة من أربعة عناوين)، مفكرتي كمدرّبة 100% سعادة، قررتُ أن أكون زنْ...

بصدور روايتها الأولى، حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة، كرّست نفسها لموضوع يعرُّ عليها: فنّ تحويل المرء لحياته لكي يجد الطريق إلى الرفاه والسعادة.

وماذا عن الروتينولوجيا؟

من خلال تأكدها من أن هناك عدداً متزايداً من الناس الذين يستلكون كلّ شيء ليكونوا سعداء من دون أن يبجحوا في أن يكونوا كذلك فعادًا، بل وكانوا يجدون أنفسهم يقبّ شكلٍ من أشكال الكآبة المرمنة، خلقت رافاييل مهنة أساسية. الروتيولوجي ليس عالم نفسٍ ولا مدرّب إبداع، وإنما هو خبير دعمٍ ورعاية في فنّ العثور على السعادة المفقودة!

حياتك الثانية تبدأ حين تُدرك أن لديك حياة واحدة

- «- على الأرجح أنَّكِ تعانين من شكلٍ من أشكال داء الروتين الحادّ.
 - أعاني من ماذا؟
- بين الناس في العالم. أعراضه تكاد تكون دائماً هي نفسها: انخفاض في درجة ألحافز، نوبات دورية من الكآبة، فقدان المعالم والحواس، إيجاد صعوبة في الشعور بالسعادة على الرغم من وفرة الخيرات الماذية، خيبات أمل وشعور بالإرهاق والنعب...

- داء الروتين الحادّ. هذا أحد أمراض الروح والذي بات يتفشّى على نحو متزايد

- ولكن ... كيف تعرف كل هذا؟
- مكتبة نوميديا 183 Telegram: @Numidia Library
- أنا روتينولوجي. - روتينو ماذا؟».

000

برزت هذه الرواية، المرتكرة على التنمية الناتية وعلم النفس الإيجابي، كأحد الأعمال الأكثر نجاحاً في اللحظة الراهنة. إنّها كتابٌ يدعو إلى التغيير وإلى تحسين المرء لحياته، في سبيل عفوره على طريق الرضي والسعادة.

من خلال حكاية كاميل التي تسعى إلى عودة الفرح والإثارة إلى حياتها، تدعونا هذه الرواية إلى أن نطرح على أنفسنا أسئلة وجودية وإلى أن نفكّر في خياراتنا وتصرفاتنا وسلوكياتنا، وتدفع بنا إلى الجرأة على تغيير حياتنا وتحقيق أحلامنا.

تطمح رافاييل جيوردانو، المدرية في مجالّي الإبداع والتنمية الذاتية، عبر روايتها الأولى هذه، إلى السير بالقارئ نحو حياة أكثر سعادة، وتقول في هذا السياق: «لا أريد أن أطلق أحكاماً ولا أن أسقط في فخّ المبالغة. ما أسعى إليه هو أن أمنح المفاتيح لقُرَّائي لكي يصبحوا أفضل حالاً».



